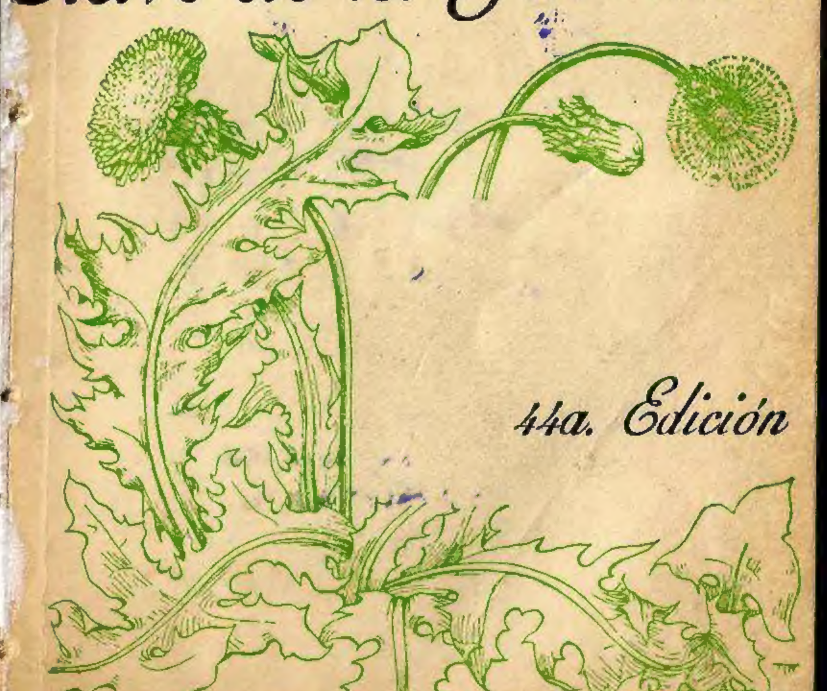
ISRAEL ROJAS R.

EL SECRETO DE LA SALUD Y LA CLAVE DE LA JUVENTUD

Israel Rojas R.

El Secreto de la Salud y la Clave de la Juventud



44a. Edición

ISRAEL ROJAS R.

El Secreto de la Salud
y
La Clave de la Juventud

44a. EDICION

Loor a las plantas admirables
que en su vida la virtud encie-
rran, y la ofrecen con bondad,
como si fueran Hadas de
amor, en sacrificio amables.

Dirección:
Apartado Nal. 14-16 — Bogotá

Prólogo de la Primera Edición

I

Este manual que con positivo cariño ofrecemos a la humanidad, es hijo de la observación, del estudio y de la experiencia.

El deseo que nos anima al darlo a la publicidad, es el que cumpla la misión que le está encomendada: librar del dolor a los seres atormentados por la ausencia del tesoro enorme que es la perfecta SALUD, puesto que un organismo saludable es apto para toda labor.

La mayoría de los fracasos en la vida práctica se deben a la falta de salud, aunque la ignorancia puede achacarlos a causas diferentes,

Un mal humor, por ejemplo, es capaz de ocasionar en un momento determinado un fracaso definitivo en el porvenir de una persona. Porque tal momento pudo ser aquel en que obtuviera un verdadero ascenso en el camino del triunfo; pero dicho estado de ánimo provocó en su naturaleza psíquica una vibración antipática

que afectando el ambiente, produjo mala impresión en la persona o personas de las cuales habría dependido su porvenir de éxitos.

Quien logre depender de perfecta salud tendrá en sus manos un poderoso y omnipotente talismán para alcanzar cuanto intente.

La Universidad en que hemos adquirido estos conocimientos ha sido en el templo de la Naturaleza.

El motivo que nos obligó a investigaciones sobre la medicina natural y otras cuestiones trascendentales, fue haber tenido la oportunidad de convivir con un sabio de tal magnitud, que francamente dudamos de si en nuestra humana existencia nos veremos en circunstancia igual.

Aquel sabio tenía su nombre profano como todos los seres humanos. Y un nombre científicto, cabalístico, calcado en leyes universales prácticamente desconocidas por la raza. Este científico y espiritual nombre es el de "ZANONI".

Esta alma luminosa siguió la trayectoria de su evolución y pasó a nuevos estados en la escalera infinita de las sucesivas transformaciones que conducen al hombre desde la piedra en que Jacob recostara su cabeza, hasta la cima donde se halla el puro resplandor de la DIVINIDAD.

Ese gran maestro poseía todos los idiomas

que se hablan en el planeta. Resolvía con precisión e inmediata rapidez cualquier problema que se le formulara sobre geología, astronomía, astrología, física química, electricidad, magnetismo, filosofía, religiones, historia, etc. En su conciencia estaban todos los conocimientos que la raza ha podido catalogar a través de las edades. Y así como el pasado del mundo vivía en su conciencia, estaba también el porvenir. Infinidad de hechos conocidos y comprobados por estudiantes de la Fraternidad Rosacruz, que tuvimos la ocasión de conocerle son una comprobación definitiva para nosotros acerca de la grandeza de tan sublime INICIADO, conocedor de los más recónditos misterios de la naturaleza y el sér.

Curaciones sorprendentes realizadas por él, ya valiéndose de sus poderes píquicos, ya utilizando el poder maravilloso de las plantas, encendió el fuego de nuestra naturaleza para dedicar alguna atención a este grandioso aspecto de la ciencia.

Lo que puediera decirse sobre las excelencias de este SUPER HOMBRE sería apenas una mera aproximación a la realidad.

La mayor dicha la experimentamos al realizar una retrospección interna, y encontrar allá en las reconditeces de nuestro subconsciente las experiencias vividas con El, gran Adepto de la ciencia de la vida.

El libro presente no es sino un oscuro re-

flejo, producto de la impresión que El dejara en nosotros, y se manifiesta como fruto del entusiasmo que despertó en nuestra conciencia acerca de lo que es y puede ser la Ciencia bien orientada y comprendida.

Quizás en un futuro no lejano, una vez que nos hayamos adentrado un poco más en la Ciencia que nos permite ver el por qué de las cosas, podamos dar a la publicidad un tratado o curso superior de estos estudios, (pensamiento ya realizado en el libro "VIVA SANO") El presente trabajo es esencialmente PRACTICO, y está dedicado al público en general. Por lo tanto, en él hemos evitado todo tecnicismo que se pueda presentar como obstáculo en la fácil aplicación de su contenido.

A la grata memoria de aquel gran adepto y a la humanidad doliente, dedicamos este pequeño trabajo, que como decimos es fruto de la observación, del estudio y de la experiencia.

II

En las páginas del manual titulado "EL SECRETO DE LA SALUD Y LA CLAVE DE LA JUVENTUD", han encontrado muchos la manera eficaz y sencilla de curar sus enfermedades y de defender su salud, para que las energías vitales de la juventud no les abandonen prematuramente.

La mejor recomendación que de esta nueva

edición podemos hacer, es la de que la primera se agotó con una rapidez extraordinaria, en tres meses, debido a la recomendación directa de aquellas personas que después de haberlo leído y llevado sus enseñanzas a la práctica, experimentaron los efectos sorprendentes de los sistemas sencillos en él aconsejados, que siempre benefician y nunca perjudican.

Esta nueva edición la lanzamos con el mismo cariño de la anterior, en el deseo de que cumpla su labor de servicio en bien de la raza.

Llamamos la atención a los que usan las plantas en la curación de las enfermedades sobre la importancia en la asiduidad en los tratamientos para lograr resultados definitivos. Quien después de tratarse una enfermedad tenga necesida dde utilizar nuevos tratamientos para la misma u otras enfermedades, procure usar plantas distintas a las anteriores para lograr la mejor reacción orgánica, pudiendo más tarde, si hay necesidad, volver a repetir la primera o las primeras.

Tengamos presente que en todo hay que estar a tono con la naturaleza. Nuestros antepasados gozaron de mejo rsalud que nosotros, porque no usaron en la cura de las enfermedades otra cosa que el poder natural de las plantas, obteniendo con ello espléndidos resultados sin perjudicar en modo alguno el equilibrio general del organismo. Otro tanto podemos decir

del nuevo sistema para curar. utilizando la radiación solar modificada por la acción vibratoria de un color que interfiere y ajusta la onda para cada necesidad orgánica según el caso.

Enfermedades como el cáncer, el asma y ctras que no habían tenido medicina eficaz, se curan ralicalmente utilizando la helio-cromoterapia, con el simple sistema dado a conocer en este manual.

Es necesario popularizar estos sistemas naturales de curación, para librar a la humanidad de la gran cantidad de específicos que con el nombre de SANALOTODO están intoxicando y debilitando la raza.

III

Una sola cosa quisiéramos grabar en la conciencia de aquellos que nos lean: ESTUDIE USTEL MUCHAS VECES ESTE LIBRO; él no fue escrito para entretener, sino para guiar, para iniciar, para enseñar como se curan las enfermedades y como se evitan. No es un juego de niños, es algo muy serio, muy importante, ya que la salud es el fundamento de la felicidad y del éxito de la vida.

Líbrese usted de los desastres de la civilización que con su mercantilismo nos quiere alejar en todo de la naturaleza, en perjuicio de nuestra salud física y de nuestra tranquilidad espiritual.

Oriente su vida por los caminos de la verdadera cultura, estudiándolo todo, para hallar la diferencia entre lo que sirve y lo que perjudica.

Detenidas observaciones han venido a demostrar que el aumento cada vez mayor, y cada vez más alarmante del cáncer y de otras enfermedades no menos terribles, se debe únicamente al uso de alimentos industrializados; tales como la elegante bizcochería, el pan blanco, (harinas desvirtualizadas), mermeladas, dulces refinados carentes de vitaminas, etc; el uso de fermentos, alcoholes y vinagres, tabaco en sus diferentes formas, etc.

En cuanto a costumbres, son enemigos de la salud: la falta de ejercicio regular; la oxigenación deficiente; el frecuentar demasiado salones donde se aglomera un público denso y por lo tanto recargado de ácido carbónico; el abuso sexual, tan acentuado hoy, sobre todo en las grandes ciudadesá el uso de drogas, que aun que algunas de ellas son extraídas de las plantas, han perdido en el refinamiento de laboratorios artificiales las vitaminas que habían adquirido en el laboratorio de la naturaleza, el cual no podrá ser reemplazado nunca por ningún mecanismo.

Todas estas cosas, unidas a la pobreza, hacen que la humanidad se nutra mal y se degenere. Pero hemos de afirmar también que la pobreza no es un caso fortuito, sino que es na-

tural consecuencia de los vicios que la humanidad ha cultivado y sigue cultivando. Un ser humano sin vicios y trabajador, no sufrirá nunca de este mal, ni hará sufrir a los suyos.

Los vicios de fumar, beber y de abusar de la fuerza sexual, son las causas fundamentales de la pobreza, de las múltiples enfermedades y de todas las miserias que torturan a la humanidad.

Los alimentos naturales, cereales, legumbres y frutas, ejercicio regular, moderación sexual, oxígeno, habitual expansión psíquica, hé ahí las fuentes de la salud y de la vida.

La naturaleza como madre cariñosa, da espontáneamente a sus hijos todo lo que quieren para llevar una vida armoniosa, pero cuando los hombres neciamente se alejan de ella, entonces muestra sus severidades al cumplirse la Ley de Causa y Efecto.

El que se nutre mal, y al mismo tiempo llena su organismo de venenos, el que abusa de su sexo, el que usa alcoholes y drogas, factores todos estos contra la ley natural, sufre naturalmente las lógicas consecuencias. En cambio, quien sale de las grandes aglomeraciones humanas para recibir el oxígeno que le brinda la naturaleza, se alimenta de los naturales frutos, bebe agua pura y cristalina, y gobierna su poder sexual, es hombre interesante para sí mismo y para la sociedad. El estado de salud depende enteramente de la manera de vivir.

Cuando la humanidad se haya desmaterializado un tanto y cada uno comprenda su deber, los médicos serán simples consejeros, pues la SALUD NO DEPENDE DE DROGAS, SINO DE LA ARMONIA CON QUE SE VIVA LA VIDA.

IV

Cuando un libro alcanza más de la segunda edición, es el público el que lo ha consagrado y no tanto el entusiasmo de su autor. La primera edición lleva el calor de quien la ha escrito; pero de la segunda en adelante es el entusiasmo, es el calor del alma popular el que lo consagra y dignifica.

"EL SECRETO DE LA SALUD Y LA CLAVE DE LA JUVENTUD", es obra consagrada por los millares de personas que han obtenido de ella real beneficio, puesto que es hijo de la experiencia y santificado por la práctica.

Nada más tenemos que agregar a esta nueva edición, sino reiterar el deseo de que nuestros hermanos en la humanidad saquen de ella las efectivas ventajas que se pueden obtener del más importante de todos los conocimientos, como es el relativo a la conservación de la salud, o el regreso a ella cuando se ha perdido por alguna causa.

El estudio cuidadoso de este libro colocará a cualquiera en la capacidad de curarse y de curar a otros sin hacer uso de la farmacopea y del inútil uso de las inyecciones, que tanto perjuicio están causando a la humanidad sufriente.

Hacer que este libro vaya a todos los ámbitos para que cumpla su objetivo es NUESTRO SAGRADO DEBER.

La mejor recomendación que puede hacerse de la eficacia completa de los procedimientos enseñados por él, es que no puede presentarse un sólo caso en que fracasen. Cualquier enfermo puede comprobar personalmente en sí mismo la bondad de la medicina basada en la Naturaleza, no importa que su enfermedad haya sido reputada incurable.

No tratamos de probar con argumentos ni juegos hábiles de palabras, ni enmarañados tecnicismos, que todo lo que recomendamos en este libro podemos afirmarlo rotundamente respaldados por el conocimiento y la experiencia, sino que dejamos a la realidad incuestionable de su buen éxito que hable por sí sola. Recordemos las palabras de sabiduría "POR SUS FRUTOS LOS CONOCEREIS".

Por consiguiente, por los resultados que se obtienen al aplicar los conocimientos del presente libro puede honradamente juzgarse.

Lanzamos esta 44ª edición para que como las anteriores cumpla su elevada misión.

EL AUTOR

PLAN DEL LIBRO

En primer lugar veremos en el curso de este manual una orientación práctica, partiendo de lo más denso hasta lo más sutil, estudiando los tres grandes sistemas que componen el organismo del hombre. En segundo lugar trataremos de un número limitado de plantas, con las cuales se puede obtener la curación de la mayor parte de las enfermedades que inquietan a la humanidad. En tercer lugar haremos un estudio de lo que son las corrientes electromagnéticas, de cómo captarlas en beneficio de la salud por medio del círculo oscilante, dado a conocer por el gran Paracelso, y estudiado detenidamente en sus efectos por un sabio ruso moderno. En cuarto lugar el efecto que los colores, como tonos de vibración producen en el organismo del hombre y la manera de emplearlos prácticamente en la cura de las enfermedades. En quinto lugar, y como quinta esencia espiritual del libro, el aspecto psíquico, o sean las internas fuerzas que nos permiten AUTOCURARNOS sin necesidad de médicos ni medicinas.

Estudie usted atentamente este manual y con seguridad encontrará la manera de curar su en-

fermedad, y de prevenirse contra las que se puedan presentar más tarde, siguiendo las normas sencillas en él contenidas.

OBSERVACIONES DE INTERES PRACTICO

Cuando en una fórmula de plantas hay dos o tres y no estén todas a disposición en un momento, se puede usar una o dos de ellas siempre con buen resultado.

Como este manual llegará a muchas personas tal vez no ilustradas, advertimos que una onza, contiene treinta gramos, y que por lo tanto diez gramos equivalen a una tercera parte de onza, cinco gramos a una sexta parte, etc.

Léalo detenidamente hasta el final y después estudie la parte que corresponda a su necesidad. Al tener una visión del conjunto, tiene a su disposición una orientación general de la obra, y puede emplearla con inteligencia.

Una vez que se haya dado cuenta de la importancia que entraña el curar las enfermedades con las plantas, o con el simple auxilio de los colores CUMPLA USTED CON EL HUMANITARIO DEBER DE PROPAGAR ESTA CIENCIA, para que sea estudiada y aplicada prácticamente en beneficio de la raza.

No olvidemos que en nada se ha dicho la última palabra, y que el estudio de la Botánica nos ofrece un campo prácticametne virgen de

investigación, en el cual podemos encontrar la solución a la mayor parte de los problemas físicos, químicos, en cierto modo morales y hasta económicos.

Los sabios de la antigüedad tenían en cuenta esta ciencia trascendental, como que las plantas son las únicas que alimentan y curan al hombre sin perjudicarlo.

Ellas son el único laboratorio natural que específica y dosifica las sustancias con tal armonía como no lo puede hacer jamás ningún laboratorio artificial. Pero no debemos olvidar que aquello en lo cual ponemos nuestra VOLUNTAD y nuestra inteligencia se irá presentando cada vez con mayor sencillez y claridad a nuestros sentidos de comprensión.

Cada ser humano posee en estado latente las mayores capacidades que haya podido exhibir el más alto de los seres de la raza. En usted, lector amigo, duerme un SABIO. Haga usted que ese sabio despierte y trabaje en pro de la humanidad que tanto necesita.

CADA UNO SU PROPIO MEDICO

Hay una idea errónea acerca de lo que es el cuidado de la salud. Es opinión casi general, que el problema de nuestra salud debe resolverlo única y exclusivamente el médico. Esto ha perjudicado a muchos, puesto que aunque el

médico honrado quiere en todo caso beneficiar a los clientes que lo consultan, no puede precisar las individuales características biológicas y psicológicas de cada una de las personas que visitan su consultorio.

Hay algo diferente en cada organización biológica y psicológica, a lo cual podemos llamar IDIOSINCRACIA. Esta idiosincracia que establece simpatías y antipatías entre unos y otros elementos que es afín con un alimento determinado, es algo que solamente podemos descubrir nosotros mismos con propia observación al llevarla a conclusiones prácticas acerca de cuáles son y cuáles deben ser nuestros alimentos según nuestra IDIOSINCRACIA, nos resuelve de hecho los problemas de salud, pues en la mayor parte de los casos las anormalidades se deben a que tratamos violentamente de obligar a nuestra naturaleza a asimilar sustancias que no son las más convenientes para su equilibrio y armonía.

Como ya hemos dicho, en el atento estudio de este manual se encontrará la manera de curar las enfermedades; y en la detenida investigación de su propia naturaleza encontrará cada uno la manera de que ella viva en perfecta armonía y por lo tanto en perfecta salud.

El Sistema Digestivo

El Hígado — Su Curación

Hé aquí un tema de importancia único, excepcional. Indudablemente la salud es el Tesoro más grande que puede poseer el Sér Humano.

A través de las edades, la salud ha venido siendo el rompe-cabezas de los hombres; no ha habido ni habrá un solo sér humano de pensamiento y concientividad más o menos desarrollada, que no haya tenido que meditar en el magno problema que nos ocupa.

Salud y equilibrio físico y mental es indudablmente el más elevado ideal del sér humano.

Ciencia de "Sire", saber.

Saber, Ciencia, es algo muy grande que no podemos menos de invocar con reverente unción.

La Ciencia Verdadera nacerá en el corazón del hombre cuando él sepa perseguirla con decisión positiva, con desinterés ilimitado, y con amor ideal. No hay otro camino.

El hombre que persigue la Diosa Ciencia sin los requisitos que hemos anotado, no logrará conquistar el alma, el espíritu o virtud esencial de dicha Diosa, por más que luche y pretenda fingir dichas cualidades; o en otras palabras

el camino a seguir en todas las conquistas debe ser inspirado en la fuerza potente del Amor.

La Cienca del espíritu es la Ciencia de la Vida.

* * *

Todo cuerpo tiene un centro, un punto convergente que le sirve de eje o motivo de existencia; si ese centro guarda armoniosa relación con los segmentos o partes que integran el conjunto organizado, habrá estabilidad y equilibrio en el cuerpo. Pero si no se cumple este requisito no existirá equilibrio estable entre las partes, y el organismo no podrá tener larga existencia.

En el caso del hombre, el centro es el Sér pensante, y las partes constituyentes son los millones de células que integran el organismo.

Para llegar a una conclusión inteligente de lo que es el hombre desde el punto de vista biológico, que es lo que aquí nos proponemos, (naturalmente no olvidaremos su aspecto psicológico, pues el uno sin el otro no se explica), lo estudiaremos analógicamente para ver por este medio el puesto que ocupa en la escala de los seres organizados.

La naturaleza creada tal como es conocida por los embrionarios sentidos del hombre, está catalogada en cuatro grandes reinos así: reino mineral, vegetal, animal y humano; considerado el último como el supremo entre los cuatro de la escala. Y a decir verdad, es evidente, aun

considerando al hombre no más desde el punto de vista biológico.

En todos los reinos existe el hálito de vida, pero se hace sensible más o menos según el grado de evolución de la forma que sirva de expresión a la vida.

En el Reino mineral, la vida se halla en estado latente, y por lo tanto, la imperfección de nuestros sentidos no nos permite ver en modo alguno su actividad. Sin embargo, si la vida allí latente no existiera como el poder cohesivo de las moléculas que componen la forma, ésta no podría ofrecer figura estable.

El "hálito de vida duerme en el mineral, empieza a soñar en el vegetal, para despertar en el animal, y por último convertirse en pensamiento concreto y conciencia definida en el hombre".

En el vegetal el hálito de vida se hace ya perfectamente sensible en la forma expresiva.

La extraordinaria potencia de vida que existe en el gérmen, semilla de la planta, es algo que nadie puede negar; el crecimiento y floración de los vegetales, meditado en forma clara, es algo tan maravilloso, que anonada. En la planta se verifican procesos de alta trascendencia, que dan mucho que meditar al hombre de ciencia. Allí, en ese maravilloso laboratorio, bulle el hálito de vida, produciendo transformaciones maravillosas en los elementos constitutivos de los cuerpos. Los metales pasan por ese medio

(las plantas) del estado sólido al estado líquido, y del líquido al vital o biológico, para que ya en este estado pueda pasar al más evolucionado organismo de los animales, y de los animales hombres que le siguen en la escala de la vida.

Así es como podemos ver la estrecha relación que existe en todo lo creado.

Desde el punto de vista orgánico, este mundo de manifestaciones es un Magno Laboratorio de grandiosas actividades que llevan al hombre reflexivo a la natural aceptación de la Divina Sabiduría y Poder del Gran Creador de todo.

La estructura de los vegetales menos evolucionada que la de los animales, no les permite movilizarse con independencia; esto es, el vegetal aun cuando manifiesta actividad de vida en su formación y evolución, está sometido a un punto, o determinado lugar para su evolución y desarrollo. En cambio, el animal, que le sigue en la escala de los seres, dispone ya de libertad de movimietos de traslación, y puede tener relativa independencia de acción.

Así como el vegetal utiliza los químicos elementos de los metales, etc, y los transforma en energías de vida actuante, el animal transforma los plásticos elementos de vida que extrae de las plantas, y los utiliza en sus más complicadas actividades de locomoción, sensación y pensamientos subjetivos que le permite obrar con relativa inteligencia en su esfera de acción.

El animal, es, pues, el intermediario en la escala de los seres, entre la planta y el hombre.

Biológicamente casi no hay diferencia entre los animales vertebrados mejor organizados de la fauna y el hombre. Por tanto, a este también le corresponde alimentarse de vegetales para nutrir con ellos su alquímico laboratorio de transformaciones. Y decimos alquímico laboratorio, porque ya en este estado la vida en acción está llegando a ser conciente de sí misma, de su actuación, lo que no sucede en las plantas, sino de una manera subjetiva.

Hemos hecho referencia a los cuatro grandes reinos con el fin de orientar al bondadoso lector hacia la comprensión de lo que es realmente el hombre, que está a la cabeza de la evolución de los seres en la superficie de este planeta.

Para darnos cuenta exacta de lo que es el hombre como sér organizado, analicemos su estructura, y nos daremos cuenta exacta de que él es una síntesis armoniosa de sus hermanos menores.

En el organismo del hombre, y en el de su complemento, la mujer, encontramos todos los reinos.

El reino mineral en el hombre es el esqueleto. El reino vegetal está representado en el

sistema digestivo, siendo el HIGADO el verdadero laboratorio vegetativo de IMPORTANCIA UNICA en la economía orgánica.

Es el órgano de mayo rimportancia desde el punto de vista biológico, como lo veremos más adelante.

El reino animal es ciertamente el mismo en el hombre considerado como físico-químico laboratorio con sus mayores actividades.

La diferencia entre el animal y el hombre de mejor organización (desde el punto de vista físico) no está más que en la orientación de su estructura.

Los animales superiores de la escala o sea los vertebrados, reciben las corrienets electromagnéticas terrestres en líneas paralelas con el planeta, y el hombre las recibe solamente por una de sus extremidades, porque dirige la otra extremidad hacia vibraciones más sutiles, esto es, hacia las potencias inter-astrales que le ayudan a la evolución de su Conciencia.

Hemos llegado a un punto de importancia única. La espina dorsal centro regulador de las actividades orgánicas, debe estar siempre recta, para que las corrientes de vida oscilen normal y regularmente en toda su extensión y haya así perfecta salud y bienestar. Luego, una de las principales claves de SALUD y JUVENTUD es la de mantener recta la columna vertebral,

asiento y canal de las relaciones y energías que trabajan en todo el organismo.

El organismo humano consta de tres grandes sistemas, correspondientes a los tres mundos de relación Cósmica: Materia, Energía y Conciencia.

Estas grandes modalidades de la sustancia se encuentran en todo, desde el más pequeño de los átomos hasta el más grande de los astros.

El primero de aquello ssistemas, partiendo desde el más pesado hacia el más sutil, es el Sistema Digestivo.

Como todo en la naturaleza, este Sistema tiene dos polos: el uno de entrada y el otro de salida. El superior o de entrada está en la boca, y el inferior o de salida está en el ano.

La extraordinaria importancia del equilibrio digestivo es verdaderamente única; tanto es así que si en su proceso hay alguna alteración, no puede haber salud completa en modo alguno.

Los órganos que los componen son: boca, el estómago, el intestino delgado y el colon o el intenstino grueso. Es por estos conductos por donde marchan las sustancias alimenticias para cumplir su misión de reconstrucción del organismo en su aspecto físico-químico.

La primera operación del proceso digestivo se realiza en la puerta de entrada, en la boca. La masticación y la insalivación deben ser lo

más perfectas posible ya que de ello depende el buen éxito de tan importante actividad.

Es absolutamente indispensable advertir que el acto de tomar el alimento debe ser ARMONIOSO. Durante las horas de comida debe procurarse más o menos silencio, y si se habla, la charla debe ser amena para todos los que se sienten a la mesa, ya que cualquier emoción de desagrado contrae el plexo solar y por simpática acción, el Hígado, motor principal del proceso de la digestión.

Después de la masticación e insalivación, lo salimentos pasan al estómago, y luego continúan su actividad impulsados por los órganos de asimilación y eliminación que se encuentran en toda la vía del bolo alimenticio.

El intestino es un canal que está provisto de millones de pequeñas espirillas o bellocidades que tienen el poder de absorber las sustancias nutritivas, pasándolas por conductos infinitesimales pero de gran poder en todo el organismo.

Varios juegos secretados por glándulas especiales contribuyen al normal desarrollo de este maravilloso proceso de la digestión. Pero hay en esa actividad un dinamo o centro motor, cuya enorme importancia acaso no ha sido estudiada como se debe. Este órgano, dinamo o principal centro motor de la digestión es el HIGADO. La experiencia me ha probado hasta la sa-

ciedad que este órgano es el más esencial, y el primero que sufre las consecuencias de la ignorancia en el capital problema de la salud.

Se puede decir que el trascendental papel del Hígado, fue lo que me obligó a emprender este trabajo, de suyo importantísimo no por la capacidad del que lo hace, sino porque viene a llenar un vacío inmenso en materia de tanta magnitud.

La experiencia PROBARA a todos los que pongan en práctica las instrucciones dadas en este libro, que el noventa y ocho por ciento de las enfermedades que padece la humanidad, se curan NORMALIZANDO LAS NATURALES FUNCIONES DEL HIGADO.

Pero advierto una vez por todas, que esto no se logra en ningún caso con medicinas de patente, como píldoras, jarabes, laxoconfites, etc., etc. Todos estos sistemas no hacen más que empeorar siempre el delicado estado de los pacientes Y EN NINGUN CASO CURAN.

Una vez que expongamos la parte ilustrativa de este problema, daremos los sistemas fáciles, simples, de adquirir SALUD y conservar la juventud, vale decir, el uso activo de las energías para obrar, no importando en este caso los años vividos. Como dijimos, entendemos por JUVENTUD, la activa energía que permite obrar con eficacia, sin tener para nada en cuenta los años transcurridos.

El HIGADO es la entraña más grande de la economía.

A diferencia de los otros órganos que generalmente sólo tienen dos funciones todas de suprema importancia.

En primer lugar, extrae de los alimentos los azúcares, los convierte en una sustancia llamada glicógeno, y la derrama en la sangre produciendo así calor y energía.

En segundo lugar, extrae de los alimentos las sales minerales, las dinamiza, y las derrama en el páncreas, y éste a su vez las pasa a la sangre. Estas son las principales funciones de asimilación.

En tercer lugar, recibe de la sangre la úrea (materia residual), la derrama por canales especiales en los riñones, los cuales la eliminan por los conductos naturales, vejiga, etc., etc.

En cuarto lugar, prepara, elabora la bilis, la cual deposita en la vesícula biliar, y de allí, pasando por el canal colédoco, la derrama gota a gota en el intestino, por el proceso de la digestión; siendo esta sustancia principal factor de la eliminación y purificación del intestino, ya que sin su presencia este proceso no se puede desarrollar normalmente. Además, la bilis tiene un poder germicida extraordinario; basta una sola gota de est asustancia para matar miles de microorganismos dañinos de los que se desa-

rrollan en el favorable terreno que preparan las heces.

Si el Hígado no trabaja con normalidad, no es posible que el organismo pueda estar equilibrado.

El estreñimiento tenaz, causa de múltiples enfermedades, no tiene otra razón que la falta de actividad hepática.

Si no hay absorción completa por la inactiva labor de este órgano maravilloso, no habrá completa nutrición; y si no hay en el HIGADO actividades perfectas de eliminación, el organismo tendrá que soportar muchos recargos de sustancias gastadas, residuos que ocasionarán molestias, como reumatismo, arterioesclerosis, uremia y muchas otras.

Si la actividad biliar no es perfecta por el entorpecimiento del HIGADO, muchos residuos perjudiciales se quedarán en el intestino, causando apendicitis (a decir verdad, no hay otra causa de esta enfermedad), además, depósitos que pueden a la larga constituírse en tumores y otras molestias, que tienen como razón única la falta de actividad del importante órgano que nos ocupa. Por lo tanto, corrigiendo las funciones del HIGADO, estando atentos á su actividad y purificándolo, como que es también el carburador de la máquina orgánica, no habrá lugar a que deje de marchar con eficiencia en un momento determinado.

La colitis tan común en nuestro medio, cálculos hepáticos, abundancia de gases, flatos, etc., son demostraciones claras de que el HIGADO no trabaja como debe ser. Basta en estos casos corregir las causas, normalizando las funciones del HIGADO, y desaparecerán todas las consecuencias.

Además, si el HIGADO no marcha bien, las sustancias residuales del intestino, serán absorbidas por los delicados tejidos del mismo, pasarán por este medio a la sangre, y de allí a todas las partes del cuerpo, siendo éste el camino rápido hacia la vejez prematura, y a las múltiples enfermedades catalogadas.

La hemorroides o almorranas son venas superficiales del colon (intestino grueso) que se contraen debido a la presión que los residuos excrementicios ejercen en las paredes del intestino cuando dichas sustancias residuales no han sido eliminadas oportunamente.

Es importante observar el hecho de que múltiples molestias, muchas veces graves, se deben a la falta de oportuna eliminación de los excrementos.

Las direcciones de Higiene no deben permitir en ningún caso la marcha de oficinas o almacenes en donde trabajen muchas personas, si en los locales correspondientes no existiesen buenos servicios de inodoros (W. C.) ya

que de ellos depende la salud de los operarios o empleados.

Hay sobre esto otro caso grave digno de anotar y es el siguiente: muchas veces sí existe el W. C., pero el jefe o dueño no permite que los subalternos lo usen, como si ¡oh absurda imposición!, sus semejantes fueran diferentes de él en sus necesidades naturales.

El sistema digestivo que venimos analizando, como ya hemos anotado es el más físico en sus actividades. Es este sistema el que permite al organismo reparar los físicos elementos de su constitución.

Ahora bien, si un arquitecto desea que el edificio que va a construir tenga probabilidades de estabilidad, debe elegir para su construcción materiales de primera. Pues si los toma de segunda clase, no debe extrañar que un día la construcción se venga a tierra.

Los hacendados que deseen mejorar las razas de las diferentes especies de animales, procuran seleccionar los tipos de los progenitores de la especie que desean mejorar. Desgraciadamente, en la raza humana, dados los psíquicos factores que intervienen en la elección mutua de los esposos, no es posible en cierto modo llegar a tal estado de comprensión y concientividad, que permitiera hacer la elección precisa, de acuerdo con todas las condiciones armonio-

sas, tanto en lo físico, como en lo mental y espiritual.

Por el estado a que se ha llegado en relajación sexual, causa de enfermedades de la peor especie que están degenerando a la raza, se hace imprescindible el hecho de que, si no la novia, ya que al presente sus condiciones psicológicas e ideales no le permiten exigir sanidad en el que va a ser el padre de sus pequeños, los padres o representantes de la interesada le exijan certificado de sanidad. Además visto lo inmoral de la época, ese certificado se le debiera exigir extendido a conciencia por un médico allegado o amigo de confianza de la familia de la novia.

Es mejor como dice el adagio, estar rojos unos minutos, y no pálidos durante toda la vida.

¿No es verdaderamente lamentable que una joven sana que va al matrimonio llena de mística ilusión maternal, a los pocos días de haber visto realizado su ideal, esté siendo víctima de enfermedades de la peor especie, adquiridas del hombre a quien sinceramente ama, a quien confió su felicidad y porvenir? Y después, traer a este valle de luchas, en el cual se va refinando la evolución, a seres degenerados, víctimas de la bajeza moral de su progenitor o progenitores?

También debemos hacer aquí referencia a un

crimen contra la naturaleza, que causa verdadera degeneración de la raza.

Dicho crimen es el de CONSANGUINIDAD. En el ochenta por ciento de los casos trae como consecuencia hijos degenerados, insuficientes física, psíquica y mentalmente.

La causa de eso es la siguiente: en la naturaleza se hacen siempre necesarias dos fuerzas de diferente índole para la producción de un tercer estado. Estas fuerzas para que produzcan verdadera y positiva energía deben ser diferentes en su polaridad esencial. Así el agua y el fuego producen vapor, una poderosa energía. La corriente eléctrica positiva unida a la negativa produce luz, calor, etc., etc. Pero corrientes de la misma índole no producen nada interesante. Este hecho se realiza en toda la naturaleza. Luego, si dos miembros de una familia contraen matrimonio, la sangre de ambos tiene vibraciones de una misma naturaleza, y por tanto, el producto de su generadora unión será negativo, de poca importancia.

¿Cómo es posible que los encargados social e idealmente de realizar estas uniones convengan por unos centavos en hacer una ceremonial que da libertad para la procreación de una generación débil y degenerada?

Ya que las corporaciones que se dicen ser guardadoras de la moral y de la justicia espiritual, cometen por unos centavos tan graves de-

saciertos, se hace necesario que los legisladores en lo civil corrijan tamaños errores creando leyes que eviten tales anormalidades.

Como hemos venido estudiando, el HIGADO es el motor principal de la armonía y actividad del primero de los tres grandes sistemas que componen el organismo humano; dicho sistema debe ser especialmente atendido para que el resto del organismo pueda marchar armonicamente.

Así como el buen mecánico aceita y limpia su máquina para poder contar con su normal funcionamiento, de la misma manera el que desee conservar su salud debe en el curso de un año hacer la limpieza (purificación del hígado) lo menos cuatro veces, es decir, cada tres meses un tratamiento de quince o veinte días, en el caso de personas sanas o normales y el que padece de estreñimiento y deficiencia hepática debe hacerlo hasta conquistar de nuevo la salud, con una de las fórmulas que damos más adelante.

Según los temperamentos, hay algunos casos en que el hígado duele; en otros el paciente no siente el órgano; pero sí sufre las consecuencias y atribuye entonces sus males a otras causas, siendo realmente ésta la única.

Son consecuencias del mal funcionamiento del hígado las siguientes molestias orgánicas: ESTREÑIMIENTO, (con sus consecuencias),

ABUNDANCIA DE GASES, ASEDIAS, DOLORES DE CABEZA, NEURALGIAS, ARTERIO ESCLEROSIS, APENDICITIS, HEMORROIDES, COLITIS, ACIDO URICO, REUMATISMO, DIABETES, TUMORES, ANEMIA, ICTERICIA, IMPOTENCIA, VEJEZ PREMATURA, BARROS, CAIDA DEL CABELLO, DEBILIDAD GENERAL, etc.

Estas conclusiones pueden parecer absurdas, pero si la práctica y el conocimiento que de ellas nace da el resultado esperado tenemos que convenir que la teoría está bien fundamentada.

Los bondadosos pacientes que estudien este manual se convencerán de su verdad, llevando a la práctica las enseñanzas contenidas en él.

Cualquiera de las enfermedades anotadas se curará purificando el hígado con las plantas que indicaremos para el efecto.

Las plantas siempre curan, y nunca perjudican. Hay naturalmente que persistir en los tratamientos, ya que la mejoría es gradual, pero positiva, natural y armoniosa. Por consiguiente, en estos casos las plantas ayudan a la naturaleza, y no la violentan como sucede con los productos refinados en la farmacopea, y los modernos y antinaturales sistemas de engañar al paciente, produciendo violentas reacciones en su sangre con sustancias extrañas a la composi-

ción de la misma, con el uso de inyecciones, tan en boga en nuestra época.

Los pacientes se dejan estafar incautamente por estas medicinas excitantes que causan un bienestar pasajero y empeoran después al enfermo, puesto que las reacciones que producen son siempre contra la vitalidad. No así en el caso de las plantas que en este manual daremos a conocer; ellas han sido experimentadas directamente en millares de casos por nosotros, y hemos seleccionado aquellas que no perjudican en ningún caso. Las que puedan causar perjuicio, venenosas, no se tomarán para nada en cuenta, no haremos mención de ninguna de ellas.

Como hemos dicho el estreñimiento es la causa del noventa y ocho por ciento de las enfermedades; y el estreñimiento se debe a la falta de actividad hepática.

Si el intestino no rige normalmente cada doce horas, hay principio de estreñimiento.

Los síntomas característicos de la inactividad del hígado, y del estreñimiento cuando ya ha llegado a un grave estado, son los siguientes: opresión en el plexo solar (boca del estómago), dolor muchas veces, fatiga mental, dolor al lado derecho bajo las últimas costillas con repercusión en la parte baja del pulmón derecho; abundancia de gases, dolor en el corazón por la presión que los gases del estómago ejercen

sobre la pleura, apetito irregular, debilidad general, apatía, pesimismo, etc.

Por estos síntomas veremos claramente que en muchas ocasiones (la mayor parte de ellas) lo que es una afección del hígado puede ser tomada por otras enfermedades, como la tisis, enfermedades del corazón, enfermedades de la sangre y muchas otras que la técnica da a conocer con diferentes nombres. CURE USTED SU HIGADO NORMALIZANDO SUS FUNCIONES NATURALES Y TODAS LAS MOLESTIAS ANTES ANOTADAS, Y MUCHAS MAS DESAPARECERAN.

Las fórmulas siguientes normalizan el hígado, curan el estreñimiento más tenaz, y, desde luego purifican la sangre y equilibran el organismo en general. Estas fórmulas están tomadas de los científicos fundamentos de la Medicina Hermética. Por ejemplo: la fórmula Nº 1 está hecha con perfecta analogía en relación con las fuerzas cósmicas que influencian el organismo. Las plantas herméticamente consideradas son antenas acumuladoras de potencias cósmicas, y como cada uno de los órganos del cuerpo está influenciado por una potencia cósmica determinada, se llega por este medio a una medicina perfecta.

El hígado está influenciado por Júpiter, y el Agave (fique) está influenciado por el mismo astro; el Ajenjo está influenciado por Marte, y

la bilis, principal secreción hepática (sin la cual no hay digestión posible) también por Marte. De tal suerte que uniendo las dos plantas, tendremos en la fórmula Nº 1 medicina perfecta y eficaz para curar normalizando las funciones del hígado con su secreción biliar armoniosa.

Es necesario advertir a los pacientes que así como el desequilibrio orgánico se va produciendo en un tiempo más o menos largo, es necesario que el tratamiento se lleve a la práctica con persistencia, determinación y constancia hasta dominar la enfermedad, ya que, como hemos dicho, las plantas indicadas en este manual hacen siempre bien y nunca perjudican, y la remoción de las dificultades que interceptan la armoniosa actividad orgánica, se logra en un tiempo también más o menos largo cuando la enfermedad es crónica.

Las siguientes fórmulas curan normalizando las funciones del hígado y de los riñones, el estreñimiento, purifican la sangre, y curan la arterio-esclerosis, la ictericia o buenamoza equilibran la salud en general.

ADVERTENCIA:

Todas estas fórmulas se preparan sin azúcar. Se aplican así: Se hierve el agua; estando hirviendo se le echan las plantas y se deja hervir nuevamente. El enfermo tomará una taza en ayunas y sobre el almuerzo y la comida, hasta sentirse completamente curado. Al principio del tratamiento puede agravarse la enfermedad o resultar granos, sarpullidos, etc., pero eso es justamente la parte del proceso de curación.

Estas cantidades de plantas son para litro de agua:

FORMULAS:

Fórmula Número 1

Agave americana; vulgo: fique común (hoja) —— 30 gramos
Artemisa Absinthium; vulgo: ajenjo 3 gramos

Fórmula Número 2

Tharaxacum Dens Leonis; vulgo: amargón o deinte de León (hojas y raíces) —— 20 gramos

Fórmula Número 3

Jacaranda; vulgo: Gualanday, (corteza y hojas) —— 10 gramos
Smilax áspera; vulgo: Zarzaparrilla 15 gramos
Media corteza (cáscara de un limón)

Fórmula Número 4

Abelmoschus Moschatus; vulgo: Almizclillo —— 15 gramos

Fórmula Número 5

Stexia Glutinosa
Stexia Glutinosa; vulgo: Jarilla o Chivata ———————— 15 gramos

Nota: para el estudio y descripción de cada una de las plantas anotadas, véase el capítulo correspondiente:

Hemos dado a conocer cinco fórmulas preciosas, con plantas de diferentes climas, para que cada uno pueda emplear aquellas cuyos componentes tenga más a la mano. Dichas fórmulas curan el 95 por ciento de las enfermedades; ¿por qué?

PORQUE CUALQUIERA DE ESTAS FORMULAS LIMPIA EL HIGADO, y por este medio se purifica el organismo en general, se corrigen los defectos de la digestión normalizando las funciones de ASIMILACION Y ELIMINACION, condiciones absolutamente indispensables para poder gozar de perfecta salud.

Si usted padece de alguna enfermedad que no se haya podido curar con los antinaturales sistemas de inyecciones, ni de las tan cacareadas medicinas de patente, tome usted las potencias de Vida (vitaminas) encerradas en las humildes pero nobles servidoras, las plantas, y ellas le devolverán la salud. O, si mejor para usted, nunca ha tomado medicinas que en el

noventa por ciento de los casos perjudican, estudie usted las virtudes curativas de las plantas, y cúrese sus molestias, y cure a los demás con el maravilloso poder de làs plantas.

El tratamiento para curar enfermedades crónicas, debe hacerse hasta lograr normalizar las funciones orgánicas.

Pero no debemos olvidar, y lo hemos de repetir con necedad, que es indispensable purificar el hígado por lo menos cada tres meses, si se quiere gozar de perfecta salud. El tratamiento para lograr esto puede ser de unos quince días en cada época. Ahora que, empleando un sistema natural de alimentarse, nutriéndose perfectamente como lo indicaremos en el capítulo siguiente, esta misma alimentación racional y sana equilibrará las funciones naturales.

Aun cuando ya lo hemos anotado, lo recalcaremos de nuevo por la importancia que esto tiene: no olvidemos que los purgantes y laxantes que se expenden en el comercio con lujo de propaganda, obran drásticamente, debilitan los jugos, y, por tanto, empeoran el estreñimiento. No así las plantas, que ellas dan VITALIDAD al organismo para que se rehaga en sus naturales funciones.

LAS FORMULAS ANTES DESCRITAS HAN SIDO EMPLEADAS EN MILLARES DE CASOS POR EL AUTOR DE ESTE MANUAL, SIN QUE

HAYAN FALLADO. HAGA USTED LO MISMO Y SU SALUD SERA PERFECTA.

En casos de enfermedades crónicas las plantas curan sin perjudicar; pero es muy importante tener en cuenta lo siguiente: Al empezar el tratamiento viene una reacción natural, pero cuando hay excesivo recargo viene un tiempo en que parece que las plantas han dejado de obrar; pues hemos de advertir que justamente éste es el período más interesante del tratamiento, ya que en él la potencia virtual de las plantas está penetrando en el organismo, para producir al fin una purificación definitiva.

TAMBIEN ADVERTIMOS QUE MUCHAS VECES ALGUNOS DE LOS SINTOMAS SE INTENSIFICAN CON EL TRATAMIENTO, POR LA NATURAL REACCION DE LOS ORGANOS.

LAS ENFERMEDADES DEL HIGADO Y SUS CAUSAS

Ya hemos dado los tratamientos sencillos para eliminar los desequilibrios del hígado y curar el estreñimiento, principal causa de las múltiples enfermedades que aquejan a la humanidad.

Ahora daremos a conocer algunas indicaciones sobre alimentación. La ignorancia en la manera de alimentarse es una de las causas fundamentales de toda clase de dolencias.

El hígado para desarrollar su trabajo normal necesita calorías, y éstas se obtienen de los alimentos. De modo que si la alimentación no es completa, en cuanto a calorías y sustancias vitalizadoras, vendrán desastrosas consecuencias.

Debemos saber que los comunes sistemas de alimentación no llevan al organismo las sustancias que necesita para su reconstrucción, ni las calorías para su actividad.

TRES ALIMENTOS QUE NO SON:

Se puede decir que el ochenta por ciento de la población quiere vivir comiendo solamente carne, arroz y papas.

Ninguno de estos tres productos es realmente alimento positivo. El arroz es el más pobre de los alimentos farináceos, y en cambio contiene gran cantidad de almidón, el cual causa estreñimiento.

La carne (cadáver en descomposición) ,está cargada de ácido úrico, el cual pasa a la sangre y ensucia tan precioso líquido de vida.

Es tal la cantidad de ácido úrico que la carne lleva al organismo, que en muchas ocasiones basta que los reumáticos eliminen esta sustancia de su alimentación, para quedar libres de la enfermedad.

Las papas son un alimento bastante bueno cuando se preparan y comen íntegras, es decir, con la corteza, ya que ella contiene el yodo biológico y potasa, sustancias indispensables para la vida orgánica. Pero la papa sin corteza resulta muy pobre en sustancias nutritivas.

TRES ALIMENTOS QUE SON:

El organismo del hombre necesita imprescindiblemente tres sustancias principales, para que pueda conservar su equilibrio o armonía general, la cual es indispensable para la reparación del sistema óseo.

El hierro da vigor a la sangre.

El fósforo es necesario para dar poder al sistema nervioso.

El hombre para ser completo debe tener cal en los huesos, hierro en la sangre y fósforo en el cerebro.

La persona verdaderamente consciente debe fundamentar su alimentación en elementos que posean dichas sustancias; de lo contrario no habrá salud posible.

Hay tres alimentos que poseen tales ingredientes. Por lo tanto, es muy importante establecer el hábito de usarlos continuamente en la comida diaria: ellos son: coliflor (caulina), rica en cal y fósforo; cebolla (allium cepa) rica en fósforo y hierro y repollo (olorácea) rico en hierro y una gran cantidad de vitaminas indispensables al organismo. El uso de estos tres grandes alimentos regenerará la raza.

OTROS ALIMENTOS INDISPENSABLES:

Las harinas refinadas, desvirtualizadas, son también causa de las enfermedades del estómago. La bizcochería, productos de harina desvirtualizada por el refinamiento a que ha sido sometida su preparación, está causando mucho mal. El uso de los aristocráticos bizcochos debilita la acción digestiva y causa el estreñimiento con sus fatales consecuencias.

Muchos al terminar de leer lo anterior, dirán: ¿Entonces, con qué nos vamos a nutrir? Y es que las costumbres nos encierran en un círculo estrecho, no permitiéndonos ver más

allá de su limitado campo. Hay más de doscientos alimentos que no son papas, arroz ni carne. De ellos haremos descripción de los que tenemos más a la mano y que utilizados traerían una perfecta regeneración orgánica.

Debemos tener presente que los mejores alimentos son los que durante su desarrollo reciben los rayos del sol; y que la mayor vitalidad está en la celulosa o capa externa de los cereales. Grábese esto en su mente, lector, pues de ello depende su salud y su regeneración.

La celulosa contiene las vitaminas, o sea, las verdaderas sustancias que dan vida y salud.

El trigo integral, (íntegro), la cebada, el maíz, los fríjoles, las arvejas, los garbanzos, las lentejas, las habas, la avena y en general todos los cereales son alimentos de primera; siempre que se empleen íntegramente. Algunos someten los cereales a una ligera cocción antes de prepararlos definitivamente; en esta cocción pierden elementos nutritivos muy importantes; por tanto esta agua de la primera cocción debe ser empleada como base para la preparación definitiva.

Las madres deben dar a sus nenés el agua del cocimiento de los fríjoles, porque ella contribuye al desarrollo armonioso del niño, gracias a su poder nutritivo.

La harina de plátano es verdaderamente admirable para los niños en desarrollo y también para las personas débiles.

Con la leche de vaca que se da a los niños se debiera mezclar la cocción de cebada. No se debe olvidar que la leche materna es indispensable para el normal desarrollo de las criaturas.

Los niños de mayor edad se deben alimentar con sopas de cebada y de trigo íntegro, ya que estos cereales tienen alimento para proporcionarles un mayor desarrollo y evitarles al mismo tiempo muchas enfermedades.

El mejor preventivo contra las enfermedades, es un organismo fuerte, bien nutrido.

Los cereales son alimentos de primera, porque empleándolos íntegros, nutren eficazmente y dan verdadera potencialidad al organismo y curan el estreñimiento al normalizar todas las funciones orgánicas.

La costumbre de comer carne se suple fácilmente comiendo frisoles, porque dicha leguminosa es muy poderosa en sales minerales y en potencias energéticas. Su poder en calorías es de tal naturaleza que con su presencia en el canal digestivo se eliminan los gases allí acumulados tan perjudiciales para la salud.

El plátano es uno de los grandes alimentos, que no debemos olvidar. Ojalá el uso de la harina de plátano se popularizara en tal forma, que se llegara a utilizar como alimento diario en todas las edades. Ella traería una positiva renegeración, ya que sus poderes nutritivos son extraordinarios.

Un plátano banano maduro, comido en ayunas, junto con un buen vaso de agua pura, CUR LA DISPEPSIA, hace desaparecer el estreñimiento y da actividad a los jugos digestivos. No lo olvide usted, pues esta sencilla práctica es fuente de salud y bienestar; cultívela hasta que se convierta en hábito; con ella obtendrá grandes beneficios. Un plátano banano maduro y un vaso de agua pura antes del desayuno, da fin a los sufrimientos causados por el estreñimiento. Iguales resultados se obtienen comiendo muchas naranjas en ayunas.

Hemos hablado de las Vitaminas. Estas son ssutancias energéticas, que como potencias de vida se encuentran en las plantas y que debemos aprender a utilizar conscientemente en cada caso particular, según la necesidad.

Conociendo las plantas, sabiendo qué potencias energéticas, o vitaminas posee cada una de ellas, tendremos una orientación precisa para nutrirnos especialmente con aquello que el organismo requiere según las ilustraciones siguientes.

La Vitamina "A", es necesaria para la conservación de la salud porque protege el organismo contra las infecciones y estimula el crecimiento. Se llama Vitamina GRASSOSOLUBLE, y se encuentra en abundancia en la mantequilla, leche y queso.

La Vitamina "B", es necesaria para el buen apetito y una adecuada digestión; se encuentra en abundancia en las nueces y cereales completos, en las toronjas, naranjas, ananás o pjñas y tomates.

La Vitamina "C", es esencial para la salud de los niños y adultos, dicha vitamina se encuentra especialmente en el repollo y en las acelgas; zanahorias, maíz, patatas y rábanos.

La Vitamina "D", ayuda al desarrollo de los tejidos y protege a los niños contra el raquitismo. El aceite de hígado de bacalao es el mejor origen de ésta vitamina.

La Vitamina "E", para la reproducción de la raza se encuentra en abundancia en los granos de trigo y en las lechugas verdes.

La Vitamina "G", para evitar la vejez prematura, se encuentra en la leche, queso, espinacas y bananos.

Con este conocimiento cada uno puede elegir el alimento que más convenga a su organismo, dándole preferencia pero n oolvidando que el resto de las sustancias anotadas es siempre necesario para el equilibrio orgánico.

Hemos hecho un estudio global de lo que debemos comer, y de lo que perjudica la salud. Ahora estudiaremos el valor particular de las frutas, tan aconsejadas hoy por los naturalistas como el non-plus-ultra de las sustancias alimenticias.

Es bueno tener presente que toda regla tiene sus excepciones, y que justamente en esto de las frutas hay que tener much ocuidado pues una alimentación solamente frugívora sin emplear los cereales, sería un verdadero perjuicio para la salud, pues ellas no poseen todas las sustancias mineralizadoras que el organismo necesita.

Frutas científicamente seleccionadas y cereales íntegros nos darían salud y por lo tanto bienestar.

La fruta que más se emplea hoy entre nosotros es la papaya. Esta fruta no conviene en modo alguno a los que padecen de estreñimiento por inactividad hepática, pues por lo muy fresca contribuye notablemente a demorar la actividad digestiva.

La manzana, tan elogiada, tiene sus virtudes y sus defectos. Es rica en hierro y algo en fósforo; pero debido al tanino que posee en grandes cantidades, causa estreñimiento; de tal suerte que esta hermosa fruta llena de virtud, posee también sus inconvenientes. No olvidemos, según el decir de los que todavía creen en el sentido material del símbolo, que con ella se nos engañó y se nos hizo salir del paraíso.

La ananá; vulgo: (piña), es rica en fósforo, y por consiguiente, buen alimento, pero no conviene a los que padecen de acidez.

La naranja es la fruta de oro de la salud. Cómala en buena cantidad, ojalá sea su único desayuno.

La uva, verdadera fuente de vida no conviene cuando el hígado está hipertrofiado, pero estando normal dicho órgano resulta esta fruta de gran valor.

Los higos de espina (vulgo: higos de México), son de gran valor nutritivo; magníficos para los tuberculosos, contribuyen eficazmente a la cura de estreñimiento y fortifican el organismo en general.

LAS TUNAS COMIDAS EN AYUNAS, CURAN EL ESTREÑIMIENTO Y SANAN LOS RIÑONES.

El zapote contribuye a normalizar las funciones digestivas, siendo al mismo tiempo un gran alimento.

El durazno, comido en abundancia, es un gran desintoxicante, pues purifica el organismo verdaderamente.

El marañón es fruta inapreciable. Alimento concentrado que da poder a todo el organismo, cura las enfermedades de la garganta y del pecho y purifica la sangre. Cuando uno come por primera vez esta fruta, suele resultarle un poco desagradable al gusto, pero una vez connaturalizado con ella, la encuentra agradable.

Las legumbres son muy importantes, porque al mismo tiempo que nutren purifican.

Quiero hacer especial mención del REPOLLO. Es indudablemente uno de los alimentos más concentrados que existen. Su poder nutritivo es de tal naturaleza (comiéndolo crudo) que los alemanes atribuyen a este producto el vigor de su pueblo. Los antiguos griegos sostenían sus poderosos ejércitos con repollo, pues sabían muy bien que no había otra sustancia tan nutritiva que lo pudiera reemplazar.

«Que vuestro alimento sea vuestra única medicina y vuestra medicina vuestro único alimento». Esto quiere decir que al alimentarnos racionalmente no necesitamos medicinas de ninguna clase. «El conócete a tí mismo», no se refiere solamente a lo espiritual, sino que también debe abarcar a lo físico; este principio debe ser nuestra norma, para lograr nuestro propio conocimiento, y por él nuestro equilibrio físico, psíquico y espiritual.

El hombre verdaderamente sensato debe comer sólo aquello que positivamente lo nutra, y que esté en armonía con la naturaleza.

Además, no terminaremos este capítulo, sin hacer resaltar la importancia que tiene la alimentación en el equilibrio funcional del hígado y por repercusión en todo el organismo.

En nuestro medio, en nuestro ambiente tropical, casi todas las personas sufren del hígado con más o menos intensidad, debido sencillamente al uso de azúcares industrializados que

se ingieren en cantidades extraordinarias.

Cuidadosas observaciones y detenidas experiencias nos han demostrado que todo dulce preparado que haya pasado por cocción es altamente perjudicial para la salud. ¿Por qué? Sencillamente porque en estas condiciones, los azúcares van hacia la fermentación, y una vez que entran en contacto con los jugos gástrcios, se produce una acidez excesiva, desequilibrando por este medio las funciones digestivas.

Muchas de las afecciones que sufren los niños, son debidas a los dulces industrializados que ingieren.

Los enfermos del hígado sanarán seguramente de sus molestias, si abandonan el uso de azúcares industrializados.

El único azúcar natural que sí es asimilado debidamente, y que se debe usar porque el organismo necesita CALORIAS, es el azúcar de las frutas. El día que en el trópico se use fruta en cambio de azúcares, se habrá dado un gran paso en la regeneración de la raza.

El Sistema Circulatorio

LA SANGRE — LOS PULMONES

El sistema circulatorio tiene el polo positivo en la nariz, como puerta de entrada de la energía que lo pone en movimiento, y el negativo o de salida en los órganos genitales, vías urinarias. Su centro motriz es el corazón y los pulmones. Corresponde este sistema a la actuación de la energía; y si bien el digestivo es el que provee el organismo de los elementos bioquímicos que necesita para su reconstrucción el sistema circulatorio es el proveedor de las energía BIO-ELECTROMAGNETICAS, absolutamente indispensables para las actividades de la vida orgánica.

Hay en la naturaleza tres elementos preponderantes que componen la atmósfera del planeta que habitamos, y que son: Hidrógeno, Oxígeno y Nitrógeno, sustancias en estado gaseoso y radiante; si falta alguna de ellas, en la debida proporción, no es posible la armonía orgánica: y si faltare alguna definitivamente, la vida de los seres organizados no podría existir. Cada uno de estos elementos prepondera en cada uno de los tres grandes sistemas que estudiamos. El Hidrógeno prepondera en el sistema digestivo

El Oxígeno ,en el sistema circulatorio, y el Nitrógeno en el sistema nervioso. Y decimos que preponderan, y no que estén absolutamente diferenciados, porque no hay que olvidar que todo está en todo.

Así como el papel del sistema digestivo es el de hidrogenar emulsionando las sustancias alimenticias, para que el organismo pueda extraer de ella los elementos que necesita, el papel del sistema circulatorio tiene por objeto oxigenar el organismo en general, por el proceso de la inspiración que se realiza a través de la tráquea y de los pulmones, llevando el oxígeno exterior al interior por el vehículo natural que es la sangre.

La sangre es el medidor plástico que nos permite alimentarnos con potencias cósmicas (oxígeno), fuente de Vida y de Energía.

Por la acción del Oxígeno se produce en el interior del organismo el METABOLISMO FUNDAMENTAL, impropiamente llamado vasal, que es el proceso por medio del cual las sustancias sufren la oxidación necesaria para cambiar de estado, y son distribuídas convenientemente. Los elementos bioquímicos extraídos de los alimentos por el sistema digestivo pasan a la sangre, son oxigenados, dinamizados por el trabajo de los pulmones, como centro motor de la circulación, y por la actividad del corazón, válvula de interferencia. Mientras el pulmón comunica

la energía cósmica llamada Oxígeno, con el interior del organismo, el corazón lleva el compás, para que esta actividad de interferencia permita eliminar los gases desvirtualizados que ya han cumplido su misión y deben ser expulsados, porque si no lo son, se convierten en verdaderos fermentos que producen desequliibrio orgánico

El trabajo del corazón está regulado por el trabajo pulmonar y su oscilación depende únicamente de la actividad y normal vigor de la sangre. Así que, en definidas cuentas, el corazón en el aspecto físico no hace más que desarrollar un alabor de interferencia entre las actividades de distribución de la energía radiante por todo el organismo y la eliminación de lo gastado que viene a él para ser definitivamente impulsado hacia el exterior por la segunda actividad pulmonar que se hace sensible en la expiración. En consecuencia, el órgano más imporatnte en la circulación de la sangre es el pulmón, y no el corazón como hasta ahora se ha venido creyendo. Así, si el pulmón es fuerte y poderoso en la actividad, el corazón lo es consecuencialmente.

El pulmón es el dinamo, siendo el corazón válvula de relación cuyo trabajo armonioso depende de la actividad de aquél; o, en otras palabras, el pulmón detecta la energía y el corazón la distribuye. De modo que sin pulmones sanos, no hay corazón que pueda llenar bien su come-

tido. Y como según la cantidad y calidad de la fuerza motriz será naturalmente el rendimiento, tenemos que comprender la enorme importancia de los pulmones como puerta de entrada que son del depósito universal de la energía; y al mismo tiempo, puertas de salida para los residuos gaseosos que en la metabólica actividad orgánica han perdido su poder radiante.

De tal suerte que LO QUE ES EL HIGADO PARA LA DIGESTION, SON LOS PULMONES PARA LA CIRCULACION. Así como los pulmones comunican el hálito radiante de la vida universal al particularizado organismo, el hígado lleva los elementos bioquímicos sólidos y líquidos que toma por la vía digestiva de los cuerpos físicos, (plantas alimenticias).

DIOS, EL COSMOS, sopló el aire, hálito de Vida, y fue el hombre ánima (de animal) viviente. ¡Qué sabio es ésto; cuánta ciencia y verdad encierra este principio! El embrión (hombre en formación) recibe la energía de vida de la madre por el cordón umbilical, hasta el momento en que al ser desprendido de ese cordón se transfiere esta actividad al pulmón, el cual empieza a tomar esa poderosa corriente de Vida del Cosmos, de Dios.

Por eso la madre representa la maternidad universal. Así como en el Matripadma Universal se forman los mundos, existiendo por un aspiro y un espiro, hasta que cumplida su finalidad pasan a nuevos estados, el hombre, fisiológicamente considerado sale del sacro recinto (el vientre de la madre) para inspirar y expirar las potencias cósmicas, hasta que cumplida cada etapa de la evolución, vuelve a recolectar la cosecha de sus experiencias terrenales, siguiendo así en fluctuaciones, renacimientos, hasta aquel Gran Día en que terminada su labor terrestre siga en su infinita evolución hacia otras esferas.

La vida orgánica depende, pues, DE UN RESPIRO Y UN SOPLO.

El respiro atrae las fuerzas necesarias para esta humana existencia; y el soplo (expiración), elimina las sustancias gastadas (ácido carbónico, etc.), que se han formado en el interior del organismo por la oxidación y combustión.

En el acto de inspiración acumulamos vida y en el de la expiración exhalamos lo muerto, lo gastado en nuestro organismo.

La respiración para que sea perfecta, tiene que ser armoniosa y rítmica.

EL RITMO ES LA LEY DE LA VIDA.

El sol por su inspiración atrae hacia sí los astros de su sistema y por la expiración los rechaza; y así los tiene por el ritmo de aspirar y exhalar en la ruta armoniosa que les permite cumplir su finalidad.

La luna, al aspirar hacia sí las sustancias afines con su naturaleza, produce el movimiento

de las aguas del mar, y al exhalar tiende a cristalizar las mismas. Este movimiento es el pleamar y el bajamar.

El hombre no es una excepción puesto que físicamente se encuentra sometido a la ley del ritmo.

Una inspiración y una exhalación armoniosas, en tiempos iguales, produciendo un movimiento completo del bajo vientre hasta la parte alta del pulmón, indicaría una salud perfecta; pero en el noventa y ocho por ciento de los casos la respiración es arrítmica, inarmoniosa, y por lo tanto no completa. El antinatural modo de vivir en las actuales circunstancias, ha obligado al hombre a quebrantar el ritmo, y de ahí como consecuencia han aparecido las enfermedades que por todas partes nos asedian.

En el alquímico laboratorio de la naturaleza humana, la sangre es el mediador entre la materia propiamente dicha y la energía, entre lo denso y lo etéreo.

La sangre es un vapor de gran poder cuando marcha por las arterias, después de haber sido oxigenada por la actividad pulmonar, y un líquido más o menos recargado de sustancias residuales cuando viene de la periferia del organismo hacia su centro de actividad, pulmones y corazón.

Etéricamente la sangre se carga de oxígeno en los pulmones por el aspiro, y al mismo tiem-

po se descarga de los residuos de gas desvirtualizado que trae como pesada carga de todo el organismo. He aquí la enorme utilidad de una respiración adecuada, para que tan importantes actividades se puedan realizar con perfección. Esto en cuanto al sentido etéreo ya que en el sentido químico recibe los elementos constituyentes por el hígado y sistema digestivo en general, y elimina los residuos químicos por el riñón con sus accesorios, los úreteres, la vejiga, etcétera.

Como vemos, la sangre en sentido químico no puede realizar completamente su labor si el hígado y el estómago no marchan armoniosamente; y en el sentido etéreo, si los pulmones no son poderosos ni armoniosos en su actividad.

Todas las molestias del corazón dejan de existir, si los pulmones y el hígado están sanos.

No olvide este hecho científico: PULMONES E HIGADO SANOS, CORAZON NORMAL!

Las molestias del corazón son la mera consecuencia de las enfermedades del hígado o del imperfecto trabajo pulmonar, o de ambos órganos a la vez.

Los pulmones, centro motor de la circulación de la sangre, trabajan anormalmente por muchas causas. Enumeraremos algunas: la actividad de un organismo determinado depende en gran manera del poder encerrado en el germen

que le dá vida. Así que, del vigor de los padres depende el vigor de los hijos. Si el organismo de los progenitores no es sano, mal pueden ser sanos los hijos que produzcan.

Los organismos intoxicados y degenerados por la acción DEL ALCOHOL, EL ABUSO SEXUAL, EL TABACO, LAS DROGAS HEROICAS y NO HEROICAS, no pueden generar hijos sanos.

La desnutrición debida a la falta de una alimentación completa y racional hace organismos débiles; y de padres débiles no pueden nacer hijos fuertes.

La herencia es una de las principales causas de la degeneración de la raza, sumándose a este factor el modo de vivir individual; es decir aquellas causas que dependen directamente de la vida de cada individuo en particular. De éstas tenemos también en primer lugar la falta de alimentación sana y completa, y en segundo lugar, los vicios contra natura, con relación al problema sexual, tan comunes en las grandes ciudades. El niño lleva un desarrollo más o menos armonioso, pero de un momento a otro lo vemos decaer. ¿Qué ha sucedido?

Simplemente que el ambiente de ignorancia en que se ha venido desarrollando, sin ninguna orientación en cuanto al problema capital de la vida humana, lo lleva a tomar un falso conocimiento de lo que es la vida sexual, y adquirió

un hábito (la masturbación u otras anormalidades que tomó como natural e inocente distracción, pero que serán justamente la causa principal de su fracaso en la vida). ¿Y quiénes tienen la culpa? Pues sencillamente los inexpertos padres, que creen que no es moral dar el conocimiento real de los problemas del sexo. Este falso pudor de no hablar en momento oportuno, hará que su adorado hijo o hija sea impúdico en secreto, porque naturalmente, según el ejemplo absurdo de sus padres, de este problema no se debe hablar con ellos; y sí, en cambio ,adquirir el torcido conocimiento de su también inexpertos compañeros o compañeras de escuela o de amistades íntimas.

Esa falta de confianza entre los padres y los hijos, y entre los hijos y los padres ha causado más desastres que todas las epidemias que han asolado al mundo.

Con estos fatales vicios, producto de la ignorancia, se debilita la naturaleza en tal forma que los pulmones no pueden cumplir su armoniosa misión y la sangre empobrecida no podrá ciertamente llevar al organismo la energía del oxígeno que él requiere para su reparación.

Consumiéndose la vida con estos graves desvíos sexuales, no es posible que el organismo adquiera el verdadero desarrollo físico y mental, factores absolutamente indispensables para poseer salud y lograr éxito en la vida.

Siguiendo el tema que vamos desarrollando, anotaremos otros factores secundarios, pero no menos importantes respecto al poder pulmonar y la circulación.

Los vestidos demasiado estrechos, como las fajas y los corsets, oprimen el tórax (o pecho), no dejando a los pulmones la expansiónn que necesitan.

La mal entendida costumbre en algunos establecimientos que se dicen culturales, de no permitir el pleno desarrollo de los senos en las jóvenes durante su crecimiento, las perjudica hondamente en la armonía general de su estructura y en el equilibrio de su plena salud, puesto que ello va contra la Naturaleza.

La costumbre que por timidez (falta de virilidad) se adquiere de vivir con la espalda curvada, es otra causa que no permite el perfecto trabajo en los pulmones.

Como podemos ver, muchas de estas causas se pueden desechar con sólo querer. Es cuestión de voluntad y nada más.

Decida usted ahora mismo llevar siempre recto el tronco y usar vestidos holgados; y este solo hecho le hará grandes beneficios.

El vivir en piezas sin suficiente ventilación, hace que los pulmones se debiliten considerablemente, y como consecuencia la sangre se empobrece, el organismo se debilita, y las enfermedades no encuentran resistencia.

Las enfermedades sólo medran en organismos débiles.

Los microbios están en todas partes, y andan siempre en busca de habitación; pero, Y ESTO ES LO ESENCIAL, si el organismo del hombre está fuerte, ellos pasan de largo, por que no es campo para el desarrollo de sus actividades.

Conserve usted su organismo sano y vigoroso, y no se preocupe de los microbios dañinos, ya que ellos no pueden establecerse en sangre radiante de energía.

Ya hemos dado a conocer las causas que debilitan la sangre; ahora nos ocuparemos de la manera de reconquistar el vigor natural.

LA RESPIRACION — EJERCICIOS

«A la naturaleza se le ayuda con el arte».

La inteligencia debe encargarse de suplir la necesidad.

Si por los factores antes anotados los pulmones se han deprimido en su acción, empleamos la voluntad y el arte para hacerlos regresar a su armoniosa labor.

El conducto natural de entrar el aire a los pulmones es la nariz, y no la boca, impropiamente empleada por muchos para este objeto.

Así como a nadie se le ocurriría comer por las narices; a nadie se le debiera ocurrir antinaturalmente usar la boca para la respiración.

Cada uno de aquellos órganos tiene su especial misión, y el hombre sufre al trastornar el ritmo de la naturaleza.

El canal respiratorio está tapizado por una membrana mucosa, que detiene en su trayecto todo cuerpo extraño que junto con el aire pretende entrar a los pulmones; además la naturaleza ha provisto la entrada de dichos canales de pelos que tienen el mismo objeto. La mucosa que los tapiza posee por la radiación de la sangre en estos centros sensibles una tensión de calor que cambia el frío natural del aire, en algo muy distinto de lo que era antes de penetrar en los canales. No así cuando se realiza el aspiro a través de la boca; ya que por esta vía el aire penetra frío a los bronquios, y causa así el resfrío de tales regiones, con sus graves consecuencias, como son, el catarro, que entonces se hace crónico, la angina y otras enfermedades.

Con el hecho de corregir el sistema anormal de respirar por la boca, nos evitaremos muchas molestias. Ahora, si bien algunas personas por compostura en el mundo social se cuidan de respirar durante el día por las narices, no lo hacen lo mismo durante la noche, y esto les causa defectos no solamente en la circulación de la sangre sino también en el normal proceso de la digestión, puesto que éste es ayudado por el rítmico movimiento del plexo solar y bajo

vientre, cuando se verifica una respiración normal.

Se nos dice en la Biblia que Dios sopló el hálito de vida en la nariz del hombre y fue éste alma viviente. Aquí encontramos un principio verdaderamente científico. Con un aspiro empieza la vida del hombre al salir del vientre materno para alimentarse directamente de la potencia cósmica; y con un expiro termina la existencia material. Ningún ser organizado puede tener existencia sino únicamente durante unos pocos segundos, sin el movimiento de la respiración. En cambio, podemos vivir días y aún meses sin tomar alimento, lo que nos prueba que el respiro es más importante para la vida orgánica que los mismos elementos físicos que entran en el organismo por el proceso de la digestión.

Mucho se ha dicho ya acerca de la ciencia de la respiración, y las enseñanzas al respecto han hecho mucho bien a la humanidad.

Pero muchos de los tratados no han realizado científicamente su proceso y su positiva actividad.

El alma, simbólicamente estaba representada por los egipcios en un escarabajo, y para los naturales de América, por una rana. Y desde el punto de vista científico nos parece que el símbolo de los americanos era mucho más exacto, ya que ello indica la perfecta actitud que el

hombre debe tomar para hacer científicamente los ejercicios de respiración que le permitan dar plena actividad y positivo movimiento a todas las células pulmonares.

Por tenues y delicados hilos nerviosos y simpáticos, cada uno de los pulmones está en relación vital y magnética con todos los puntos del organismo. Así que, hay algunas células pulmonares que no trabajan, que no relacionan las energías cósmicas con el interior del organismo,, la parte correspondiente por acción refleja sufrirá las consecuencias.

En líneas generales diremos que la parte baja de los pulmones se relaciona con los extremos inferiores del organismo, la parte media con el centro del mismo, y la parte alta con el cerebro. Así vemos claro que si algunas células pulmonares están adormecidas por la falta de actividad, la parte que corresponde magnéticamente en directa relación con dichas células sufrirá las consecuencias.

La respiración debe ser por lo tanto completa en todas sus partes, es decir, que los pulmones deben trabajar en toda su extensión.

Cuando los pulmones trabajan solamente en una de sus partes y no en su integridad, no puede haber salud.

Tenemos que estudiar de nuevo, o mejor dicho buscar el ritmo que hemos perdido en la natural manera de respirar.

Lo que se requiere para el buen resultado de la respiración es que ella sea completa, y al mismo tiempo rítmica.

Mas no se necesitan en verdad muchos ejercicios, pero sí los que se hagan deben hacerse con perfección.

La posición para que los pulmones puedan trabajar perfectamente, es la siguiente: tronco recto; el cuerpo descansando sobre las plantas de los pies; las rodillas ligeramente encorvadas para permitir por este medio que los talones no hagan presión sobre la tierra, y así el sistema nervioso cerebro-espinal quedará libre para dar expansión a los pulmones. Ya en esta actitud de RANA, con los brazos caídos, ligeramente encorvados se levantan gradual y progresivamente al mismo tiempo que se va introduciendo el aire suave y profundamente hasta que los extremos de los dedos queden frente a los huesos temporales. Con los pulmones llenos, habiéndose hecho la aspiración suave y profunda, se mueve voluntariamente el aire dentro de ellos en rotación, de la parte alta del pulmón bajándola por el frente hasta la parte baja del mismo; y de ahí por el lado de la espalda hasta la parte alta del pulmón, acompañando a dicho movimiento el mismo movimiento de los brazos; en esa misma dirección se realizan tantos movimientos como tiempos se hayan gastado en la aspiración, la cual debe hacerse según la prácti-

ca y la resistencia individual en tres, cinco o siete tiempos contados mentalmente. En seguida, se desaloja el aire por la nariz, al mismo tiemp oque se van dejando caer los brazos, pensando plásticamente que todas las impurezas orgánicas saldrán por este medio del organismo.

Debe repetirse de unas siete a doce veces. procurando hacerlo en la mañana, al medio día y antes de entregarse al sueño.

Este ejercicio es de la mayor importancia, porque permite despertar el poder y la sensibilidad de todas las células pulmonares y por este medio llenar de vida todo el organismo.

El siguiente, despierta al mismo tiempo la acción muscular en armonía con el ritmo respiratorio.

El practicante se coloca de pies con el tronco recto, exhala el aire que haya en sus pulmones, se baja sobre los talones como para sentarse en ellos y luego extiende los brazos hacia el frente con las palmas hacia abajo tocándose los índices; enseguida empieza a abrir los brazos progresivamente al par que hace una inhalación suave pero profunda, levantando al mismo tiempo el tronco, hasta regresar a la primera actitud o sea el cuerpo recto. Ya en este estado empieza a bajar los brazos, los cuales habían llegado a estar horizontales con el hombro; al tiempo que los baja va exhalando suave pero activamente el aire contenido en los pulmones; este es el ejercicio completo y en esa forma debe continuar durante unas veinte veces.

Para que el movimiento sea cabal, debe realizarse la expansión desde el bajo vientre hasta la parte alta de los pulmones. Con estos dos ejercicios diariamente practicados se obtiene mucho beneficio. Además debemos procurar salir al campo, subir a las cimas de las montañas, aspirar el divino ozono de la naturaleza, para purificar y renovar el organismo.

Existen algunas enfermedades entre ellas la sífilis, cuyo morbo, la SPIROQUETA PALIDA, vive en ese precioso líquido llamado sangre, y causa tantos perjuicios a la raza. De dicha enfermedad nos ocuparemos ampliamente en capítulo aparte.

Por lo demás, podemos decir que una asimilación y eliminación perfectas por parte del sistema digestivo, unidas a una respiración armoniosa, nos dará vida y salud.

El Sistema Nervioso

DESCRIPCION GENERAL

Si bien nuestro organismo se nutre físico-químicamente por el estómago, y energéticamente por el sistema circulatorio, por el sistema nervioso se nutre de colores. AUNQUE NO SECREA ESTO, LO PROBAREMOS EN EL CURSO DE ESTE ESTUDIO. Esta nutrición es de tal naturaleza, que por esta vía se pueden curar todas las enfermedades, aún aquellas mismas tenidas como incurables. Esto es rigurosamente cierto, pues lo hemos verificado en el campo experimental.

El sistema nervioso tiene su polo positivo en los ojos, y su polo negativo en el sexo.

Los centros sexuales resumen la actividad de dicho sistema; de ahí que la secreción sexual sea la más importante.

La Endocrinología, o sea el estudio de las secreciones glandulares, es algo de importancia única, puesto que ella nos resuelve problemas de orden físico-químico y de orden psíquico.

El sistema nervioso está dividido en Gran-Simpático y Cerebro-Espinal.

Como todos sabemos, existen actividades voluntarias e involuntarias.

Son actividades voluntarias todas las que están bajo el control directo de la menta, e involuntarias las que se verifican sin que la voluntad concreta tome parte en ellas, tales como la circulación de la sangre, la digestión con su asimilación y eliminación, el movimiento respiratorio, etc.

Hemos citado movimientos de orden involuntario o subjetivo, per odebemos también tener en cuenta los movimientos involuntarios de orden emocional, los cuales causan verdaderos desastres en la salud física y psíquica.

Nos explicaremos: la sangre es el plástico elemento que lleva a todo el organismo las energías bio-electro-magnéticas para su reconstrucción. Además del oxígeno de que hemos hablado en el capítulo anterior, la sangre lleva otra eenrgía más sutil, compuesta de átomos imponderables, potencia radiante o magnetismo, la cual es ciertamente de un gran poder, ya que su virtud es de tal naturaleza que ella por sí sola si la podemos acumular en la debida proporción, curará todas las enfermedades; es el verdadero ELIXIR DE LARGA VIDA.

Dicha energía se acumula en los centros nerviosos o plexos. El principal es el PLEXO SOLAR.

El plexo solar (hueco del estómago) es la red nerviosa donde radica la potencia de la vida. Es esta la razón por la cual la emoción, al

desplazar las energías de vida radicadas en el plexo solar consume las potencias vitales en tal forma, que muchas personas han muerto de una fuerte emoción; y cada uno ha experimentado la desagradable sensación de vacuidad (vacío) que se experimenta después de una emoción fuerte. Tengamos muy en cuenta, pues gobernando la emoción conservaremos nuestras energías, y por lo tanto vida y salud.

Alguna señora nerviosa dirá al leer esto que aquello de la emoción no está ni puede estar bajo el control de la Voluntad; a ello le contestaremos que todo es gobernable, si hacemos el esfuerzo necesario para conseguirlo. Si uno es nervioso por naturaleza, como suele decirse, debe auto educarse hasta lograr conquistar el ideal estado de serenidad haciendo uso para esto del poder de la Voluntad. En el capítulo especial que dedicaremos a la medicina psíquica, explicaremos cómo lograr el dominio personal, algo absolutamente indispensable para conquistar la salud y felicidad.

El sistema Gran Simpático está compuesto por una red de nervios que, partiendo de la basedel cerebro, desciende por delante de la espina dorsal en dos grandes ramales, bifurcándose sucesivamente hasta llegar a las extremidades y superficie de todo el organismo. Esa red nerviosa tiene sus centros principales o motores en el plexo solar y en el sexo. Contro-

lados dichos centros por la Voluntad, la salud y la felicidad serán nuestras.

Esta enseñanza es de gran importancia para el espiritualista Rosa Cruz, ya que él está penetrando por sus estudios gradual y progresivamente en los más secretos misterios de la Vida y el Sér.

Para los no orientados en estudios trascendentales, es indispensable conocer los medios físimos y mecánicos que nos llevarán también a la conquista de la salud y el bienestar temporal. El sistema nervioso Cerebro-Espinal, como su nombre lo indica, nace en la parte posterior del cerebro y se prolonga por la espina dorsal, de donde se desprenden las redes nerviosas de este sistema a todo el organismo. Este sistema es el conductor de los órdenes de vuestra Voluntad concreta a través del organismo, siendo la Mente el gran instrumento de sus actividades; ésta es la razón por la cua ltambién las enfermedades se curan llenando nuestra mente con positivos y vigorsos pensamientos de salud y bienestar.

Todo paciente debe pensar plásticamente que su organismo goza de salud perfecta; y si persiste en esta práctica, ojalá haciéndolo especialmente antes de entregarse al sueño, logrará maravillas. Esto es profundamente científico.

El sistema Gran Simpático ha sido el enigma para los que se ocupan del problema de la sa-

lud; y es que este problema no se puede resolver físicamente; tenemos que recurrir a la psicología y estudiar en ella el Magno Problema del Sub-consciente para resolverlo. El gobierno de la Mente y el gobierno de la acción son indispensables para lograr tal fin.

El sistema Gran Simpático es como un potro salvaje; pero tan educable, como es el potro. Paciencia, perseverancia y voluntad son las armas que debemos emplear para obtener tal gobierno, y gradualmente nos iremos adueñando de este señor voluntarioso; y una vez que lo logremos habremos dado el paso más trascendental que se pueda dar en la conquista de la salud y el bienestar, no solamente físico, sino también psíquico.

Además de aquellos dos centros nerviosos, Plexo Solar y Sexo, tenemos otros secundarios, pero no menos importantes, y son: El Plexo Sacro, el Tiroides, la Pituitaria y la Pineal, como centros nerviosos. También tenemos glándulas de secreción interna, como el hígado, el bazo, el páncreas, el corazón y las suprarrenales. De estas glándulas, el hígado y el páncreas tienen secreciones internas y externas a un mismo tiempo.

Hemos relacionado las secreciones glandulares, con el sistema nervioso, y no con la sangre, por la sencilla razón de que aun cuando es la sangre la que les da vigor, es realmente el

sistema nervioso el que por los impactos de las sensaciones, pasiones, reacciones psíquicas, o natruales actividades, impulsan o activan las secreciones glandulares.

Como ya hemos dicho, las glándulas sexuales son las principales, ya que su función resume las actividades, del sistema glandular en general.

Las glándulas sexuales son el positivo recipiente de las energías vitales. Cuando dichas glándulas son poderosas, y al mismo tiempo el que las posee sanas y fuertes, retiene sus energías, la radiante salud será el premio natural de su esfuerzo.

Hemos llegado con este conocimiento a algo de importancia UNICA en los problemas de salud y la positiva CLAVE de la conservación de la juventud.

Las personas que consumen sin freno ni medidas las secreciones sexuales, estarán siempre expuestas a toda clase de enfermedades, y aun cuando se tomen las medicinas habidas y por haber, no podrán conquistar el preciado tesoro de la salud. Si los jóvenes en desarrollo consumen las secreciones sexuales, no padrán lograr un normal desenvolvimiento físico y mental.

MUCHOS CREEN ERRONEAMENTE QUE AL EXPERIMENTAR LOS IMPULSOS NATURALES DE LA POTENCIA SEXUAL, ES LOGICO DARLES SALIDA. ESTE CRASO ERROR ESTA DEGENERANDO LA RAZA.

Desde que el niño sale del vientre materno, empieza la actividad de la glándula Timo, situada en la parte alta del externón, cerca a la laringe. Esta glándula trabaja activamente hasta los catorce años, en que empieza a decrecer a medida que empiezan a entrar en positiva actividad las glándulas sexuales. En ese entonces el niño cambia de voz, y la niña va tomando los caracteres de singula rexpresión, de actuación magnética para atraer por natural irradiación las características y definida simpatía del sexo opuesto.

Es, pues, al llegar a la pubertad el tiempo preciso para ILUSTRAR FRANCA Y CATEGORICAMENTE a los niños y niñas sobre el trascendental problema del sexo, ya que así les evitaremos el que cometan errores de los cuales sufrirán fatales consecuencias.

El niño o niña ignorante de la situación de las naturales secreciones sexuales adquirirá vicios contra natura que estancarán su normal desarrollo y predispondrán su organismo a ser víctima de enfermedades. Y advertimos que cuando los vicios contra natura han sido adquiridos, no hay medicina alguna que pueda reparar dicha falta si no CORRIGIENDO EL VICIO.

Así como las plantas necesitan la savia para su normal crecimiento y desarrollo, también el niño necesita del poder de las secreciones glandulares para lograr su normal y armonioso cre-

cimiento; pero si estas energías se pierden como consecuencia de los vicios, la planta humana carente de la savia natural, decae, se marchita.

LAS SECRECIONES SEXUALES SON LA SAVIA DE LA VIDA HUMANA: ¡NO LO OLVIDE USTED!

Si usted detiene estas fuerzas estará inmune contra las enfermedades; y si usted sufre alguna enfermedad LLEVE POR MEDIO DE LA VOLUNTAD Y DEL PODER DE LA IMAGINACION LAS SECRECIONES DEL CENTRO SEXUAL A LA ESPINA DORSAL Y DE ALLI AL ORGANISMO ENFERMO Y SANARA.

Las fuerzas sexuales no tienen sino dos objetos naturales; el de reconstruír el organismo y el de proporcionar el germen creativo para dar nacimiento a otro sér; esto, naturalmente dentro de la espiritual armonía del amor, puesto que el acto genético realizado por pasión, trae enfermedades y sufrimientos físicos y morales.

Estamos científicamente convencidos de esta verdad. Cuando la humanidad la comprenda y sea capaz de realizarla, regresará al Paraíso pues reconquistará la verdadera felicidad a que todo ser humano tiene derecho.

El plexo Sacro o Coccígeo acumula las potencias nerviosas, dando vigor al sexo y a todo el organismo.

Las glándulas suprarrenales secretan una sustancia llamada Adrenalina, la cual da tono a la sangre.

El páncreas como dijimos, es glándula de secreción externa e interna derrama en el intestino el jugo pancreático indispensable a la digestión y al mismo tiempo regula el aprovechamiento de la glucosa del hígado, la cual por su actividad es derramada en la sangre; la falta de esta actividad en perfecta armonía es lo que causa la Diabetes.

El bazo es glándula de secreción interna; especializa las energías solares y dinamiza la sangre. Cuando en un momento determinado nos dejamos agitar por una emoción fuerte, aquella actividad se suspende esporádicamente causando debilitamiento orgánico. Por eso las emociones, como ya lo habíamos dicho anteriormente, causan decaimiento y degeneración.

El corazón, no considerado por la ciencia oficial como centro de secreción, lo es, sin embargo, de grande importancia. De él se desprende una vena que llamaremos ESPERMATICA, puesto que por ella la acción creativa de las energías pasa por sensibilidad del corazón a los centros sexuales.

El Tiroides es glándula que secreta el yodo orgánico; sustancia ésta que fortifica el organismo en general. Es muy interesante observar el

hecho de que el trabajo biológico de esta glándula se realiza activamente sólo mientras dormimos; de ahí que el sueño sea el gran reparador orgánico. En la psíquis del hombre ejerce esta glándulo una poderosa influencia en el desarrollo positivo de la mente.

El centro pituitario está en relación directa con toda la red nerviosa del Gran simpático, y es por esta sensibilidad por lo que se producen las reacciones biológicas en todos los centros de secreción. Por esta glándula de gran sensibilidad se reciben las impresiones sutiles y se transforman las secreciones orgánicas. En el terreno de la psíquis es ella indudablemente la que nos ofrece un campo de investigación extraordinario.

La glándula pineal se encuentra en relación inversa con las glándulas sexuales. En ella radica el verdadero poder de la Voluntad, en el hombre dueño de sí mismo.

En el hombre que controla sus emociones y pasiones y que retiene sus energías sexuales, estas se transfieren a la glándula pineal y le dan energía física y psíquica.

El sistema nervioso acumula el fósforo y el nitrógeno. Estas dos sustancias son indispensables para el buen funcionamiento orgánico.

Hay algunos elementos ricos en fósforo, de los cuales se debe usar diariamente. Entre ellos

tenemos el maní, las nueces, las lentejas y la zanahoria, especialmente las ramas de ésta.

Entre las plantas medicinales que vigorizan el sistema nervioso tenemos la salvia, el toronjil, la valeriana, la fumaria y la manzanilla. Fortifican el sistema nervioso y curan las enfermedades relacionadas con él.

Al fin del libro nos ocuparemos de la Psíquis, de las intensas actividades del alma en relación con lo físico, teniendo como puente de relación el sistema nervioso.

Enfermedades, Causas, Descripciones, Curaciòn

Causas

Son muchas las opiniones a este respecto. La ciencia oficial sostiene la teoría microbiana, como la causa esencial de las enfermedades. Pero algunas reflexiones nos probarán que los microbios no son la causa sino el efecto.

Un microorganismo cualquiera no puede vivir sino en un ambiente adecuado para su existencia y desarrollo. No existiendo tal ambiente, no es posible que el microorganismo pueda vivir y reproducirse. Un ejemplo nos aclarará este hecho. En un lugar pantanoso donde hay materias en descomposición, los bichos que encuentran allí ambiente favorable, establecen su vivienda, y se multiplican extraordinariamente. Ahora, si se emplea el sistema que la Ciencia de Universidad ha creído ser el positivo para acabar con las enfermedades, que es el de matar microbios, y a este pantano con materias en descomposición le regamos con un buen germicida, destruiremos indudablemente una gran cantidad de microorganismos, pero siempre quedarán allí gérmenes, y más que todo EL TERRENO APROPIADO O AMBIENTE PARA LA REPRODUCCION DE NUEVOS BICHOS. En cam-

bio, si nosotros con un sistema natural limpiamos el pantano, sacando las materias en descomposición, habremos destruído la causa y por lo tanto los efectos y los microbios desaparecerán de allí para siempre.

Para darnos cuenta de cómo en el organismo humano se forman esos pantanos, focos de infección, veamos su organización, y al mismo tiempo las actividades de asimilación y eliminación, paralelismo absolutamente necesario en el equilibrio orgánico.

Cuando el niño nace empieza a nutrirse de los materiales de vida que son las mamas de la madre. La naturaleza sabia como ninguno da al sér en formación la sustancia que conviene a su delicada estructura.

Pero cuando llega a estar capacitado para tomar otra clase de alimentos, es cuando tenemos que valernos del arte para ayudar a la Naturaleza. Es necesario seleccionar los alimentos con los cuales se va a nutrir el organismo.

Es indispensable tomar alimentación completa en calidad, porque no debemos perder de vista que en los alimentos va la vida y la muerte. La vida, en lo que de ellos se pueda asimilar; la muerte, en sus residuos, pues lo que no se elimine de estos perjudica hondamente la salud. Las pequeñas cantidades que van quedando de los residuos, a través del tiempo van formando depósitos (pantanos en descomposición), en el interior del organismo. Estos depósitos al

fermentarse crean ambiente propicio para el desarrollo de microorganismos dañinos, siendo muchos de ellos producto de la misma descomposición. Si logramos eliminar los residuos destruiremos la causa de las enfermedades, y así los efectos. Las causas principales para que los residuos orgánicos no sean completamente eliminados, son: en primer lugar, el abuso sexual el cual consume las fuente de Vida y por tanto el poder para eliminar esos residuos. En segundo lugar el alcoholismo, pues el alcohol debilita considerablemente las funciones del hígado; principal motor de la asimilación y eliminación; y debido a eso desequilibra el organismo en general.

El vicioso del alcohol que lea esto, dirá: el alcohol es indispensable al organismo; y le diremos que sí. El calor es indispensable para la vida orgánica, pero si se excede el límite natural causa la muerte. Lo mismo el alcohol, es necesario a la vida, pero la naturaleza todo lo ha previsto, y el organismo se encarga de elaborar precisamente la cantidad que necesita con el natural fermento de los azúcares, que, a decir verdad se encuentran en casi todos los alimentos; pero si a esa cantidad se agrega el alcohol de las perniciosas bebidas fermentadas, el pobre organismo sufrirá las fatales consecuencias. Otro factor es la alimentación inadecuada o insuficiente Así, para poder gozar de salud se necesita: no usar el sexo hasta la edad conveniente, es decir,

no antes de los 21 años; y después no abusar en modo alguno; no tomar bebidas fermentadas; no fumar, y alimentarse debidamente.

EL CANCER

Descripción — Curación

Es el problema del cáncer uno de los muchos enigmas que la Ciencia había tenido ante sí para resolver.

La solución del problema de la vida orgánica tiene como fundamento la célula organizada, pues de su correcto y normal funcionamiento depende el rítmico equilibrio del cuerpo organizado.

Dos grandes teorías están en pié y se discuten el campo para explicar la razón del ritmo de la Vida; la teoría ATOMICA y la ELECTRO MAGNETICA.

Le teoría atómica está dejando el puesto a la teoría elecetro-magnética, ya que los últimos experimentos de laboratorio han venido a probar que la MATERIA, en último término se resuelve en ENERGIA.

La materia, en estado radiante, tiene, como todo en la Naturaleza, dos polos que en este caso son: una línea de fuerza (electricidad), y un campo de acción (magnetismo). Ahora bien,

si una célula en lo bioquímico es un compuesto de sustancias; su actividad, movimiento energético es debida a las corrientes electro-magnéticas que en ella operan.

Si la energía como la electricidad, está en directa proporción con la expansión radiante, como magnetismo, el resultado es equilibrio o armonía celular. Pero si prepondera uno de aquellos movimientos, viene inmediatamente el desequilibrio.

Las ondas de vibración para la actividad vital tienen determinada frecuencia en el cumplimiento de su normal finalidad. Si esta frecuncia se altera por exceso o por defecto, una nueva modalidad de movimiento se opera, tranformando el ritmo local y propagándose por vibratoria relación a los puntos o células inmediatas

Este es el hecho por el cual las anomalías orgánicas se propagan por simpática relación del núcleo o célula enferma a los núcleos células vecinas; tales interferencias se producen por vibraciones de orden físico o de orden psíquico. Entre las de orden físico, causa del cáncer, están en primera línea los sensuales tocamientos de los órganos de generación con instrumentos extraños. Algunos acostumbran, para satisfacer sus pasiones lo que suelen llamar "consoladores". Esos instrumentos extraños y contrarios a lo natural, estropean la sensibilidad de las redes nerviosas de dichos órganos y cau-

san la interferencia vibratoria de las células, produciéndose a la larga la fatal enfermedad del cancer. También puede producir aquella enfermedad la introducción de APARATOS METALICOS para ayudar a facilitar el parto. Es esta la razón por la cual el cáncer en la matriz está siendo demasiado común.

Como causas psíquicas tenemos la continuada emoción o sensación de tristeza, de pesadumbre, de múltiples preocupaciones de la vida de sociedad, las ansiedades o mejor dijéramos, aspiraciones individuales insatisfechas que producen la hipocondría, la cual origina la interferencia celular, dando a la larga por resultado la enfermedad que anotamos.

Respecto a la aplicación de extraños instrumentos para la extracción de la criatura y facilidad del parto, se dirá que esto es necesario y que no se puede evitar. A esto diremos que sí la humanidad viviera una vida natural, si a la madre durante el período de gestación no se le utilizara brutalmente por el marido inconsciente como instrumento de pasión, y si ella se nutriera debidamente e hiciera suficiente ejercicio para mantener su vigor, el proceso del parto sería perfectamente sencillo sin ninguna de las molestias que se registran hoy en las mujeres de las grandes ciudades, ya que las campesinas sencillamente y con rapidez salen de aquel momento crítico. (En capítulo especial estudiaremos el

proceso de la maternidad, y su normal actividad a tono con las Leyes de la Naturaleza).

Los cuerpos organizados, desde la célula hasta el conjunto en general, están influenciados por energías interatómicas, y por vibraciones cósmicas.

Las energías inter-atómicas son, como ya hemos visto, la electricidad y magnetismo; y las cósmicas son también ondas electro-magnéticas irradiadas por los astros que componen nuestro sistema.

La vibración vital más pura y estable viene del Sol; la más lenta y cristalizadora, de Saturno. Hay una gama de vibraciones intermedias: el potencial dinámico o radiante de los otros cuerpos o mundos planetarios.

El magnetismo solar nos dá vida, energía y salud; en cambio, Saturno, con sus lentas y cristalizantes ondas tiende a producir la quietud en el movimiento de la Vida; él va infiltrando el quietismo en la Naturaleza, produce en los organismos que caen bajo su nefasta influencia muchas anormalidades, entre ellas la tendencia a la hipocondría que, según lo dicho, produce a la larga el cáncer. De ahí que esta enfermedad no se presente generalmente antes de los 30 años de edad, pues necesita una lenta y progresiva incubación por una o varias de las causas que dejamos anotadas.

Las potencias solares al encontrar resistencia en los plasmas de expresión de la Vida se quiebran en siete colores, siendo uno de los más vigorizantes en la vida celular el VERDE. Es este color el que actúan en el crecimiento y organización de los cuerpos; lo vemos perfectamente definido en la clorofila de las plantas; y cuando por cualquier factor se ve obligado a alejarse de la planta, ella deja de ser, muere.

El verde es también el que le da vida a las células del humano organismo, aunque en un grado tan sutil que no alcanzamos a percibir con nuestra visión común, ya que su radio de acción en la gama de loe colores en esta condición vibra en muy alta frecuencia.

Justamente en el caso del cáncer hace falta el color verde (y hay preponderancia de las saturninas vibraciones, cuyo color es más o menos el de café tostado molido). Basta entonces aplicar el color verde esmeralda, y así las células vivas al recibir esta ayuda del exterior empiezan a extirpar y eliminar las atrofiadas, lográndose por este simple sistema la curación de tan terrible mal, siempre que las energías de reserva orgánica no se hayan extinguido en tal forma que la vida celular no pueda reaccionar.

Para aumentar el poder vibratorio de las células e intensificar la curación, el paciente debe usar continuamente, el Círculo Oscilante.

(Véase el capítulo correspondiente).

El rádium no produce resultados prácticos por la sencilla razón de que no dá vitalidad, y porque siendo una vibración más alta de lo que el caso requiere, quema, funde las células vivas circunvecinas, obstaculiza en parte él progreso de la enfermedad, pero en ningún caso cura definitivamente, pues obra más bien perjudicando al paciente.

La manera práctica de aplicar el color verde es tomarlo de las vibraciones de la luz solar a través de un vidrio del mencionado color, así: en una botella de color verde esmeralda (transparente), se pone agua pura y se expone a los rayos del sol, durante tres horas, o más. De ella se da al paciente haciéndolo tomar por la mañana, al medio día, y a la puesta del sol. Además durante unas dos horas diarias el enfermo debe exponer el cáncer al rayo de la luz verde que se filtre por un vidrio de este color, o en su ser esto de preferencia a la luz del sol, o en su defecto se hace uso de la luz artificial.

NOTA: Para mayor ilustraición sobre el uso de los colores en la curación de las enfermedades, véase el capítulo especial titulado: HELIO CROMOTERAPIA.

LA LEPRA

La lepra es un pragmatismo celular por falta de virilidad.

Este entorpecimiento es causado por tres grandes factores, a saber: la alimentación insuficiente, no en cantidad sino en calidad; el alcoholismo que progresivamente va causando la hipertrofia del hígado y por tanto la asimilación y eliminación incompletas; y el abuso sexual, el cual trae como resultado el debilitamiento de las potencias de vida.

Las causas anotadas van produciendo en el organismo una progresiva degeneración en la vida celular, y como consecuencias van quedando en él sustancias extrañas las cuales al fermentarse son la causa de las enfermedades; caracterizándose justamente este hecho en el caso de la lepra.

La caquexia, o sea la desnutrición y decaimiento orgánico, es síntoma característico de dicha enfermedad.

Los fermentos que se producen especialmente en el bajo vientre, pasan a la sangre y ensucian todo el conjunto orgánico. De ahí que la inactividad del intestino sea sintomática en aquellos enfermos.

Si estudiamos cuidadosamente la ascendencia de los enfermos de lepra, encontraremos que ha habido abuso del alcohol, como también de alimentos de rápida fermentación, los cuales en el organismo producen superabundancia de tal elemento.

Puede ser que el enfermo no siga abusando del alcohol, pero la natural tendencia orgánica

a la intoxicación hace que se produzcan fermentos en el organismo y progrese así la enfermedad .Peor todavía si el paciente sigue con la tendencia alcohólica. Tales afirmaciones no son hipotéticas; el que se tome la molestia de investigar esos hechos los comprobará fácilmente.

De la intoxicación viene la desorganización del trabajo celular, y la falta de virilidad.

La vida es un movimiento de ritmo oscilatorio.

A través de los tiempos, en el estudio de lo que es la vida orgánica (que es el problema que nos ocupa), ha habido diferentes opiniones, teorías más o menos aceptables, más o menos disparatadas. De esta disparidad de ideas nace el lógico deseo de buscar orientacioens más claras, más precisas, acerca del magno problema de la existencia.

En los últimos tiempos la Ciencia de Academia ha dado pasos agigantados. Los laboratorios de los sabios de la época han tenido sorpresas que indudablemente acercan más y más al campo de la realidad.

La materia considerada en tres estados por los físicos, al ser sometida a prácticos experimentos de laboratorio ha resultado poseer un cuarto estado, luminoso y radiante.

Ya con estas conclusiones prácticas, los modernos sabios tienen que reconocer la enorme sabiduría de los antiguos filósofos Rosa-Cruz y Alquimistas, que hasta ahora se habían mira-

do con desconocimiento, pues ellos, miles y miles de años antes de la era en que vivimos, sostenían el hecho científico de la radiación de los cuerpos, y muchas otras cosas de extraordinaria importancia que ya la Ciencia se irá encargando de probar.

El estado radiante de la materia tendrá que ser motivo de cuidadosos estudios, y nuevas luces en el camino de la Ciencia aparecerán, para orientar al hombre investigador.

«La vida nace de la radiación, se conserva por la radiación, y se suspende por cualquier movimiento oscilatorio». Esta apreciación de Jorge Lakhovsy nos parece acertada y lógica en sus conclusiones.

Todo es vibración, y la vida orgánica se conserva por el ritmo.

Los estados que llamamos enfermedades se deben a la interferencia de las rítmicas vibraciones vitales.

Para nosotros no son los microbios la causa primera de las enfermedades, sino que un organismo según su energía potencial, más o menos activa, más o menos pasiva, es terreno más o menos apropiado para el desarrollo de un determinado microorganismo. Por tanto, el problema de la salud no está en matar microbios, sino en aumentar el potencial de vida orgánica, para que la energía se encargue de eliminar lo inútil, lo gastado, lo inarmónico que haya en el organismo.

Esta teoría a algunos parecerá interesante, a otros causará disgusto, y a otros tal vez parecerá absurda; pero afirmamos: si fueran los microbios las causas fundamentales de las enfermedades, la humanidad hubiera desaparecido de la superficie del planeta hace siglos.

No se vaya a creer que nosotros por estos conceptos seamos enemigos de la higiene y defensores de los microorganismos dañinos; todo lo contrario, la higiene se hace necesaria para que un organismo puede vivir acumulando y conservando potencial vital, base indispensable de la vida. Higiene interna y externa, limpieza, ya que ésta no solamente sana el cuerpo, sino que por idealidad ennoblece el alma.

La lepra, como al principio dijimos, es un pragmatismo o entorpecimiento de la energía celular por falta de vigor, lo que permite al bacilo de Hansen encontrar allí terreno apropiado para su desarrollo.

Los plexos nerviosos, centros acumuladores de la energía de vida, como el Sacro Plexo (base de la espina dorsal), el Plexo Solar (red nerviosa del hueco del estómago), y las Glándulas Sexuales, pierden su vigor natural, y así la enfermedad va progresando.

El sistema para curar dicha enfermedad está pues, en desintoxicar el organismo y vigorizarlo.

PURIFICAR Y FORTALECER, he ahí la clave. Para lograrlo hay que aumentar la potencia

de vida para que por este medio se restablezca la armonía.

Durante más de diez años este problema fue para nosotros un interrogante. No podíamos aceptar que la lepra fuera incurable ya que la Divina Omniscencia ha creado el pro y el contra de las cosas, para que los hombres busquen el por qué de las mismas, en provecho de su mayor desarrollo y consciente evolución.

Vida saludable no es más que un determinado ritmo oscilatorio en el armonioso trabajo de las células que integran el organismo.

La materia en sus diferentes estados, tal como es conocida por nuestros limitados sentidos, se diferencia solamente en la mayor o menor densidad de sus moléculas. Esta diferenciación se debe a la oscilación más o menos rápida de la energía que lo interpenetra.

En el caso del hombre lleno de vitalidad, de salud, una gran cantidad de energía interpenetra sus células orgánicas; y en el hombre enfermo no hay la suficiente cantidad de energía que se requiere para su equilibrio.

Ahora advertimos: una teoría no vale nada cuando una vez llevada a la práctica no da los resultados que de ella se esperaban; pero si la práctica confirma la teoría, ésta resulta innegable. Y es justamente lo que sucede en el caso de la curación de la lepra: aumentado el vigor del paciente por medio de las vibraciones cósmicas se cura radicalmente la enfermedad, co

mo puede probarse experimentalmente y comc está ya probado.

Para curarla lo que se necesita es, pues, aumentar el potencial de vida para que las funciones orgánicas regresen a su estado normal y se produzca asimilación y eliminación perfectas y secreciones glandulares activas.

La curación será más o menos rápida, según las energías de reserva que el organismo del paciente posea, y según la clase de vida que lleve.

El sistema curativo es de una simplicidad absoluta, pero la Ciencia en que se apoya es de un valor incalculable, ya que por ella se pueden resolver prácticamente todos los problemas de la salud.

El Eter, aceptado como una necesidad por los sabios de Universidad, y como un hecho cierto por los sabios Rosa Cruz, no es homogéneo sino que oscila en cinco modificaciones de diferente condición.

Todo viene del Eter; todo va al Eter. Significa que hay una sustancia primordial de la cual se crean todas las cosas, por sucesivas modificaciones, condensaciones y adaptaciones de la sustancia base.

Cada una de las modificaciones del Eter Universal tiene su propia naturaleza y su frecuencia oscilatoria; y de allí el hecho de las orientaciones de la sustancia universal.

Los químicos saben perfectamente que la

presencia de un color produce cambios definidos en el cuerpo o sustancia sensible que lo reciba.

La luz del sol al caer sobre la superficie de los mares se quiebra en siete colores, partiendo desde el rojo hasta llegar al lila en cromática escala según la sutilesa de la onda vibratoria.

Según eso, cada una de las ondas tiene determinada frecuencia, que produce definidos resultados en la organización física de los seres. Y en le caso del hombre cada una de las vibraciones afecta un centro nervioso del organismo, dándole cierta radioactividad.

Quienes hayan estudiado Endocrinología, sabrán lo que esto significa.

Cada una de las vibraciones aumenta, disminuye o equilibra la oscilación rítmica de la vida celular, según el color que afecte al organismo.

En la exposición presente haremos referencia a la curación de la lepra, y dejaremos el estudio del tratamiento de las demás enfermedades por medio de la Helio-cromoterapia para el capítulo correspondiente.

En el caso de la lepra, hace falta el magnetismo vital caracterizado por el tono amarillo en la escala cromática de los colores. Por lo tanto, dicho color es tratamiento eficaz para curarla.

La forma científica de su aplicación es la siguiente: en un frasco transparente, de color amarillo naranja, se pone agua pura, se expone

a los rayos del sol durante tres horas por lo menos, y más todo el tiempo que se quiera, pues esto hará que se cargue de mayor poder al intensificarse la concentración del rayo que se desea. El leproso tomará de esta agua un buen vaso antes del desayuno, y otro justamente al ponerse el sol, o un poco antes.

Continuando el tratamiento, a los pocos días franquea los intestinos y las materias nocivas van siendo expulsadas fuera del organismo. El enfermo al cabo de dos meses tiene en su cuerpo más sangre que antes. A los tres o cuatro meses de las llagas manará sangre en lugar de materia acuosa, y luego, paulatinamente, irán cerrando las heridas.

La reacción y natural exteriorización de la enfermedad —verdadera y única manera de curarla— es ciertamente más importante; así que el paciente deberá FELICITARSE cuando se presente dicha reacción, que está caracterizada por la llamada fiebre nerviosa; manchas en diferentes partes del cuerpo y la necesaria irritación de los tubérculos, por los cuales se irá eliminando totalmente la enfermedad. El paciente debe continuar en forma tenaz el tratamiento, ya que de ello depende la definitiva eliminación de las sustancias extrañas y el restablecimiento perfecto de la salud. Al hacerlo así la curación será COMPLETA.

Durante ese tiempo el leproso dejará de comer arroz, maíz, leche, arracacha, ibias, pesca-

do y cuajada; pues tales sustancias al fermentarse cargan el organismo de ácidos altamente perjudiciales. En cuanto sea posible debe privarse de la SAL, porque esta favorece la producción en el sistema del nocivo humor acuoso. Es interesante la siguiente observación sobre este hecho: los naturales o indios de las vecindades de Pasto llaman a esta enfermedad «FLEMA SALADA», y cuando se hacen cargo de tratar algún paciente con plantas que ellos conocen. lo primero que le prohiben es la sal. Y el doctor Iwala Prassad Jha, asiático, en los estudios que hace sobre la lepra dice que la sal es altamente perjudicial para estos pacientes. Tal coincidencia y otras, nos prueban que los naturales de América, y los asiáticos tienen un tronco común. Proceden ambas razas del perdido continente de Lemuria. Hay una ciencia que por tradición se ha venido comunicando de padres a hijos entre esas razas, sin que se haya perdido la esencia del conocimiento.

El enfermo debe comer durante su tratamiento cereales, incluyendo especialmente el maní (de este diariamente, aunque en pequeñas cantidades al principio mientras a él se habitúa el organismo). La mantequilla es necesaria pues el cuerpo exige mucho el alimento en su renovación. Como frutas, la guanábana y la naranja son inapreciables; el enfermo debe comerlas en abundancia.

Algunos creen que con el uso de purgantes

podría curarse también dicha enfermedad, pero advertimos una vez por todas que ninguno de los purgantes en uso daría ese resultado, ya que si bien al principio exoneran el intestino, a los pocos días de usarlos (si no desde la primera vez) debilitan la acción de los jugos gástricos y causan estreñimiento tenaz, lo cual es verdaderamente el colmo del fracaso.

No sucede esto en ningún caso con el agua amarilla, ya que ella purifica el intestino, no por acción drástica como la de los purgantes, sino porque al dar vigor a las células y radioactividad al hígado permite una eliminación y purificación general, aumentando al mismo tiempo en gran manera la vitalidad orgánica y por lo tanto las fuentes de vida.

El tratamiento Helio-cromoterápico está siendo seguido por muchos pacientes en el Lazareto de Agua de Dios, con éxito definitivo. (Tenemos conocimiento de dieciocho personas que han sabido ser constantes, curadas con este plan).

Algunos enfermos que no habían obtenido resultados visibles con ninguno de los tratamientos en uso, vieron en pocos días con sorpresa la enorme transformación realizada con el tratamiento Helio-cromoterápico.

El Chamulgra no da resultados definitivos, porque en la mayoría de las veces la natural debilidad del paciente no le permite asimilar tan pesada sustancia, que afecta en seguida el híga

do, que es justamente el órgamo más recargado en estos casos; y porque la potencia virtual de la planta ha sido eliminada en los diferentes procesos de laboratorio porque ha sido pasada para extraer de ella el refinado aceite que viene a ser entonces prácticamente bagazo, sustancia muerta, sin parte activa o vitaminas.

En Colombia hay una planta que cura la lepra, y esto no es una suposición: el señor N. N., quien goza de completa libertad, con certificado de sanidad expedido por los médicos del Lazareto de Agua de Dios, se curó radicalmente tomando ALGALIA (Abemoschus moschatus) vulgo ALMIZCLILLO. Planta que el Barón de Humboldt al reconocerle sus maravillosas virtudes la bautizó con el significativo nombre de ANGELONIA.

Tenemos conocimiento de otro paciente radicalmente curado con Almizclillo. ¿Cuándo pondrá el gobierno atención a estos hechos?

Es curioso observar que el Almizclillo no se encuentra profusamente sino en Tocaima, pero sól odespués de pasar el llamado «Puente de los Suspiros»; de aquí en adelante lo hay en grandes cantidades.

La planta se aplica en la forma siguiente: se cuecen veinte gramos en un litro de agua, sin azúcar; se toma una buena taza en ayunas y sobre cada comida.

Debe el paciente, como en el tratamiento

Helio-cromoterápico, adoptar el régimen alimenticio antes anotado.

El proceso curativo es más o menos el mismo que se verifica con el tratamiento Heliocromoterápico.

Hemos dado el sistema simple de emplear el Almizclillo en la curación de la lepra. Pero nuestro gobierno haría muy bien en hacer extraer de esa planta la parte activa, ya que ello constituye una verdadera riqueza, aún no aprovechada.

Afirmamos con la experiencia realizada, y con resultados a la vista, que EL PROBLEMA DE LA LEPRA ESTA RESUELTO.

La lepra es tan curable como el más simple resfriado.

SIFILIS

Esta es la más grave enfermedad que padece la raza. Está tan generalizada que no es exagerado afirmar que la sufren en mayor o menor grado casi todos los seres humanos. En verdad que la Ciencia Oficial no la considera como tal, sino solamente cuando ya ha hecho verdaderos progresos y se puede constatar su existencia mediante las reaciones que se hacen de sangre en los laboratorios.

En realidad la Sífilis es la fuerza destructora de la vida humana, y por eso cuando algún órgano no funciona normalmente se puede de-

cir que ella está afectándolo. La experiencia nos ha probado este hecho, puesto que dando a cualquier paciente una PLANTA ANTISIFILITICA, purificadora de la sangre, siempre se obtiene muy buen resultado.

Los tratamientos empleados por la Ciencia Oficial, como los preparados de mercurio, son altamente perjudiciales, y sus consecuencias son peores que la misma enfermedad.

La Sífilis es una derivación fatal de la vida poco armoniosa que llevan los seres humanos con relación al problema sexual.

Dado lo grave de este problema, los gobiernos debieran controlar, por lo menos en lo que esté a su alcance, procurando buena higienización en los lugares donde los hombres no conocedores de ciertas leyes de la Naturaleza van a satisfacer sus instintos biológicos.

La Sífilis, como todas las enfermedades que para nosotros no son más que manifestaciones de aquélla, está considerada por la Ciencia Oficial como el producto o consecuencia de un microorganismo llamado Spiroqueta Pálido. Como ya hemos anotado anteriormente, un microorganismo cualquiera no puede desarrollarse si no halla ambiente propicio.

Así tenemos que la Sífilis es el producto o la consecuencia de la desvitalización del organismo. Se producen fermentos de toda naturaleza, debido a la falta de vigor para eliminarlos, y así gradualmente con ellos se va desarro-

llando una corriente contraria a la armonía vital, fuerza de descomposición orgánica; y luego en este estado de predisposición el individuo se pone en contacto directo con un foco infecto, la transmisión de gérmenes morbosos intensifica la descomposición de las sustancias, porque ellos, como que son de la misma naturaleza, encuentran campo adecuado para su multiplicación.

No nos extenderemos en teorizar sobre esta enfermedad, pues es tan conocida y se ha escrito tanto sobre ella que no vale la pena establecer nuevas teorías. Marcharemos más bien, a la parte práctica del problema, es decir, a indicar el sistema de curarla.

Tanto los Mayas de México como los egipcios la curaban comiendo AJOS CRUDOS, y dándose baños de sol. Es necesario que los ajos se coman en abundancia. Al principio hay necesidad de empezar con un dientecito en ayunas y uno en cada comida. Una vez que el organismo se vaya habituando, se debe ir aumentando hasta comer diariamente una buena cantidad. También se pueden hacer sopas y toda clase de preparados que se quiera con ellos.

Hay una fórmula de plantas infalible para curarla siempre que el paciente persista en el tratamiento.

Zarzaparrilla	20 gramos
Gualanday	10 gramos
Grama	10 gramos

Se cuece todo en un litro de agua (sin azúcar) y se toma una taza en ayunas y una sobre cada comida.

Las naranjas, comidas en abundancia; no menos de treinta diarias, CURAN LA SIFILIS. No se deben comer en combinación con materias grasas.

Comer naranjas abundantemente es garantizar salud.

TUBERCULOSIS (Tisis)

La principal causa de esta enfermedad es la debilidad que puede ser adquirida o heredada. La debilidad heredada viene por el abuso sexual, el alcoholismo, el tabaquismo, etc., de los padres.

El ALCOHOLISMO es una de las más terribles plagas sociales. Pero para extirpar el ALCOHOLISMO no hay que atacar el vicio, ya que en esta forma lo que se hace es intensificar la tendencia.

¿Es usted padre de familia, médico, profesor, o instructor en alguna de sus formas o es persona que siente en su sér el vivo deseo de que la raza sea mejor? Entonces no combata el alcoholismo; enseñe las consecuencia de él, infiltre en la mente de la juventud todos los desastres que trae el uso del alcohol, como la locura, la tuberculosis, la sífilis, la lepra; en una palabra las enfermedades más graves que están degenerando y acabando con la raza, se deben

al uso del ALCOHOL, al ABUSO SEXUAL y al TABAQUISMO.

La tuberculosis se cura en la forma siguiente: el enfermo debe tomar todos los días antes del desayuno, un vaso de zumo de BERROS con agua pura. Sobre el almuerzo y sobre la comida se tomará una taza de cocimiento de Gordolobo (Barbasco común) a razón de 15 gramos por litro de agua. Se hierve el agua, se le agrega la planta, dejándolo hervir un poco más. Comer ajos crudos.

Además, el paciente debe hacer ejercicios respiratorios, para despertar las actividades pulmonares.

El bacilo de Koch es el microorganismo que establece su residencia en los pulmones, cuando no son oxigenados en su totalidad. Al hacer trabajar la totalidad de los pulmones por medio de ejercicios respiratorios rítmicos, los bacilos emigran en busca de mejor ambiente, porque el oxígeno los destruye.

Todos los días el tuberculoso debe en primer lugar (al levantarse) exhalar el aire contenido en los pulmones. Acto seguido, con el tronco recto y el pecho libre, aspirar lenta y profundamente el aire por la nariz, levantando al mismo tiempo el bajo vientre, durante cinco tiempos, contados mentalmente. Retiene el aire durante cinco tiempos, y luego lo exhala en tiempo igual. Descansa durante cinco tiempos, y empieza de nuevo con el ciclo rítmico.

Al principio lo hará unas diez veces, y luego aumentará aveinte. A medida que la capacidad respiratoria aumente con el ejercicio, se debe aumentar el tiempo del ritmo a siete tiempos, a nueve, hasta llegar a doce. No hay necesidad de sobrepasar este ritmo.

Los propensos y los enfermos de tuberculosis pulmonar deben hacer ascensioens a las cimas de las cordilleras, salir lo más que puedan al campo a respirar el ozono de la Naturaleza, cultivar la expansión y la alegría, ya que la tristeza causa e intensifica la enfermedad.

La alimentación debe ser tomada de las sustancias más nutritivas. El trigo, la cebada, la avena, los fríjoles y las lentajas deben ser preferidos; como ensaladas, berros, repollo y ajos crudos.

ARTERIOESCLEROSIS

La arterioesclerosis depende de la eliminación insuficiente debido al mal muncionamiento del hıgado.

Los residuos de la digestión se van quedando adheridos a las paredes del intestino, y de allí parte de tales residuos van pasando a la sangre por la absorción. Dichas sustancias residuales se adhieren después a las arterias causándoles endurecimiento y perjudicando la salud en general.

Para curar esa enfermedad es absolutamente

indispensable hacer que el intestino funcione normalmente, o sea dos veces cada veinticuatro horas lo cual se consigue con la fórmula Nº 1, ya anotada en el caso de las enfermedades del hígado.

Además el paciente, debe comer ajos en todas sus formas, especialmente crudos. Para acostumbrar el organismo debe empezarse comiéndose un diente de ajo al almuerzo y otro a la comida, y luego se va aumentando hasta ingerir una buena cantidad.

La alimentación debe ser esencialmente vegetariana, con preferencia a sustancias ricas en fósforo, como el ajo, la zanahoria (especialmente las hojas), el repollo, que es muy rico en vitaminas.

DIABETES

Esta enfermedad tan generalizada hoy, se debe al mal funcionamiento del hígado y del páncreas.

Al no trabajar bien el hígado, disminuye la producción de glóbulos rojos en la sangre, y de ello provienen la Diabetes y otras enfermedades.

Se cura fácilmente, siempre que el enfermo ponga su voluntad y persista en el tratamiento.

El diabético debe tomar todos los días, en ayunas y antes de acostarse, una infusión de eucalipto, corteza de arrayán con chipaca, lla

mada así en Cundinamarca y Masiquia en Caldas, (una hoja del primero y media onza de la segunda y tercera para cada pocillo de agua).

Cada tercer día se dará un baño de fricción en todo el cuerpo con agua, en la cual se haya hervido hojas de nogal o de eucalipto.

Como alimentos debe preferir los que tengan hierro, como los fríjoles, las lentejas, harina de plátano, repollo, etc. No comer dulces refinados y los otros disminuirlos lo más que se pueda. Evitar las emociones fuertes, puesto que ellas intensifican la enfermedad. Comer ajos cebollas, perejil y apio.

BLENORRAGIA

Esta enfermedad se propaga día a día en proporciones alarmantes, tanto que ya no es raro encontrarla hasta en niños de menor edad; ¿por qué?, sencillamente porque la falta de ilustración sobre el problema más trascendental de la raza —el sexual— ha llevado a la ignorante humanidad a adquirir vicios contra natura, como el homosexualismo, y por esta locura psicofisiológica en busca de placeres bestiales, ocurre que mujeres degeneradas transmiten sus enfermedades vergonzosas a indefensas niñas de menor edad. Esto es hoy plaga social, y no es ocultándolo como se corrige; es afrontando el problema y estudiándolo con toda la franqueza que el caso requiere.

Y si esto sucede en las niñas, ¿qu- diremos de los niños?, ¿y de los' hombres?

La blenorragia es indudablemente la enfermedad más común y la más grave de todas, porque como corolario trae la SIFILIS con todo su BAGAJE.

Es tal la desmoralización en este sentido que hay seres humanos lo suficientemente ignorantes, y lo vergonzosamente estúpidos, que dicen que el que no ha padecido blenorragia no es hombre, procuran por facilitarle al amigo la manera de adquirir tan degenerado adorno.

La blenorragia se cura radicalmente con las bienhechoras plantas, siempre que el naciente sea constante en el tratamiento; he aquí la fórmula:

Zarzaparrilla	15 gramos
Gualanday	10 gramos
Moradita	5 gramos

A falta de moradita se puede emplear la grama, aunque aquélla es más eficaz.

Se cuece todo en un litro de agua, y se toma una taza en ayunas y sobre las comidas. Advertimos que es muy lógico que al principio del tratamiento se intensifique la enfermedad, lo que prueba la exteriorización de los agentes morbosos para después ser eliminados definitivamente y lograr perfecta curación.

Durante el tratamiento el paciente se debe alimentar muy bien; no debe comer carne. Es indispensable no cohabitar hasta que se haya

conseguido la curación completa. Comer ajos crudos, cebollas y muchas naranjas.

DISPEPSIA

Las deficiencias en el funcionamiento de la digestión son hoy demasiado comunes porque los supuestos afanes de la vida no dan tiempo para comer como se debe, y porque no se dan al organismo las sustancias que necesita.

Pero hemos de advertir que los afanes son imaginarios en muchos casos, y en otras se deben a la falta de orden.

Decimos falta de orden, porque el que trabaja en oficinas o almacenes, al salir a tomar la comida, se encuentra con el ceremonioso amigo de la calle que lo entretiene contándole el chisme del vecino o la mentira del periódico, y en eso gasta el tiempo, y luego llega con afán a pelearse con la señora o con la servidora del hotel; este mal humor es ya suficiente motivo para una mala digestión. No mastica ni insaliva los talimentos, condiciones indispensables, y luego se sale a los vuelos porque el tiempo apremia.

Estas anomalías se pueden corregir fácilmente con un poco de carácter y más aprecio por la salud. Al amigo de la calle se le da el pase de muleta con la característica frase de "mucho placer en verlo", y si insiste en detenernos, "perdone que voy en rápidas actividades".Más vale la salud que una charla inútil.

Solamente existen en el proceso digestivo dos secreciones de reacción alcalina: la secreción de las glándulas salivares y la bilis.

La naturaleza, sabia cual ninguno, ha colocado la primera reacción de alcalinidad a la entrada misma de los alimentos, para que por medio de la insalivación se digieran sin fermentarse. La fermentación produce acidez; y como consecuencia, exceso de gases. Si no hay perfecta insalivación del bolo alimenticio, los fermentos aparecen como natural producto.

Pasada la primera digestión, viene la segunda reacción alcalina producida por la bilis para evitar igualmente el fermento o putrefacción de los residuos digestivos.

Los que padecen de Dispepsia tienen que comer con perfección, realizando una masticación e insalivación completas. Y los que no sufren de esa enfermedad deben masticar e insalivar perfectamente para evitar la Dispepsia con todas sus complicaciones.

Los dispépticos se curan con la siguiente fórmula: Cola de caballo, 10 gramos; Eucalipto, 1 gramo; Ajenjo, 1 gramo; Ruda, 1 gramo. Se cuece todo en un litro de agua, y se toma una buena taza antes del desayuno y sobre las comidas. No olvidar que en todos los casos de enfermedad lo PRIMERO QUE SE DEBE HACER ES PURIFICAR EL HIGADO.

IMPOTENCIA

(DEBILIDAD SEXUAL)

Esta molestia es debida en la gran mayoría de los casos al abuso sexual, y en otras a la debilidad congénita.

La primera medida para curar la impotencia es cortar la causa —No abusar—. Comer cebollas crudas y nueces. Hacer ejercicios al aire libre y dar baños de sol en la zona del bazo.

Los esposos deben darse cuenta de que al reducir las actividades sexuales, se establece mayor atracción, y por tanto la armonía del hogar. No abusando del sexo, alargando el tiempo que media entre las uniones maritales, se goza de mayor salud, se aumenta el poder mental, y, además, es bien sabido que los hijos de matrimonios castos son seres de porvenir y en su naturaleza hay mayor cantidad de energía y gozarán de perfecta salud.

¿No sería mejor dominar lo más que se pueda los impulsos animales, para que surja en nuestra naturaleza el verdadero amor?

¡Tantos que buscan en el matrimonio la felicidad y solamente encuentran la desdicha, por ignorar las leyes que rigen las actividades del sexo!

El matrimonio es un gran ideal para quien haya estudiado sus leyes íntimas y sepa que el amor puro es una expresión espiritual y que el

trasunto material de la actividad creadora ha de ser consecuencia de aquél, que se haga sensible en momentos psicológicos, cuando las fuerzas del alma, y no de la materia, exijan unión. Hay que dominar la pasión, para que el verdadero amor pueda envolvernos en su delicado aroma.

Pero sigamos con nuestro tema de salud, aunque lo anterior es una gran clave de salud y armonía.

ASMA

Muchas son las teorías emitidas acerca de esta enfermedad.

Para nosotros, el asma se debe a una deficiente oxigenación de la sangre y a la inactividad hepática.

El Asma se cura disminuyendo el uso de la sal, y aumentando los azúcares naturales con el uso de las frutas.

Los higos y el plátano banano maduro, han de ser preferidos por esta clase de enfermos.

Es indispensable en el Asma DESCONGESTIONAR EL HIGADO, y para este efecto nada mejor que el uso del Fique o Diente de León (ver el empleo de las plantas). O bien, tomar diariamente dos vasos de agua amarilla. (Véase el uso de este color en la parte dedicada a la HELIO-CROMOTERAPIA).

E C Z E M A

Enfermedad necia, porque es la consecuencia del temperamento.

Los temperamentos linfáticos y ardientes son propensos a ella. El hígado está lleno de fuego en las personas de tales temperamentos.

Para curarla, en primer lugar hay que purificar el hígado, y esto se logra con la siguiente fórmula:

Romaza (Ruibarbo) raíz —— 15 gramos
Grama —————————— 15 gramos

Se cuece todo en un litro de agua y se toman tres tazas diarias. En segundo lugar, hay que tener muy en cuenta la dieta. El paciente no debe comer ninguna de las sustancias de rápida fermentación, como el maíz, (en cualquiera de sus formas), el pan blanco, los azúcares refinados y la bizcochería; todo esto hay que abolirlo si se quiere realizar la curación.

Externamente se friccionan las eczemas con otoba, que es la grasa de un árbol muy común en las vegas del Magdalena.

R E U M A T I S M O

Dicha enfermedad resulta de la alimentación insuficiente por falta de plena actividad en el hígado y los riñones.

Lo primero que hay que hacer para la cura del reumatismo es purificar el hígado con algunas de las fórmulas ya conocidas; y luego, emplear un buen diurético, como por ejemplo, la palitaria, el sanalotodo y el apio de monte, el ruibarbo (romaza o lengua de vaca), a razón de quince gramos por litro de agua para tomar tres dosis diariamente.

Además, es absolutamente indispensable que el paciente deje de comer carne, ya que esta sustancia recarga la sangre de ácido úrico, causa principal del reumatismo.

Comer muchas naranjas y ajos crudos.

A C I D O S I S

Esta molestia tan común hoy en la humanidad, está tomada como una enfermedad en sí misma, no siendo más que una consecuencia del estreñimiento, y por lo tanto del mal funcionamiento del hígado. Se combate fácilmente con la fórmula número 1. Además el paciente debe evitar los alimentos de rápida fermentación, como el maíz, la bizcochería, LOS DULCES REFINADOS, las carnes, la arracacha, etc.

HEMORROIDES O ALMORRANAS

Son debidas al estreñimiento, pues como ya hemos repetido tantas veces, esta enfermedad es la principal causa de todas las demás.

Lo primero que se debe hacer en estos casos es corregir el estreñimiento con los sistemas ya anotados, y en segundo lugar hacer un trata-

miento propio para la curación de las venas varicosas.

Para las várices la fórmula eficaz es la siguiente:

Gordolobo (vulgo: verbasco o barbasco) ———— 15 gramos.

Se cuece en un litro de agua y se toman tres dosis diarias, en ayunas y sobre las comidas.

El uso del aristocrático te es una verdadera fatalidad. El te causa estreñimiento tenaz.

CALCULOS HEPATICOS

Esta enfermedad es debida a la cristalización o endurecimiento de la bilis, la cual causa intensos dolores, cólicos, al tratar de abrirse paso por los canales de su circulación, puesto que en estado natural pasa por allí en forma líquida.

La producción de cálculos hepáticos se debe a la inactividad del hígado por falta de calorías.

La vena sub-hepática mantiene la más alta temperatura del organismo, y si ésta decae el hígado no puede realizar normalmente sus funciones; de ahí viene la hipertrofia del mismo, los cálculos hepáticos y otras tantas molestias ya anotadas en el curso de este estudio.

Para eliminar los cálculos hepáticos se emplea con éxito definido la siguiente fórmula:

Paraguay ———— 15 gramos
Toronjil ———— 15 gramos
Grama ———— 15 gramos

Se cuece todo en un litro de agua y se toman las tres tazas de regla al día: en ayunas, sobre el almuerzo y la comida. Las operaciones de la cirugía no resuelven el problema porque no destruyen la causa.

PALUDISMO

Esta enfermedad tropical se debe como la mayor parte de las enfermedades, al entorpecimiento de las funciones del hígado.

Se cura con una insignificante planta, pero de enorme poder en estos casos. La fórmula es la siguiente:

Sarpoleta (hojas y raíces) —— 15 gramos.

Se prepara en decocción en un litro de agua y se toma diariamente hasta obtener la curación, no olvidando en ningún caso la primera dosis, o sea la de antes del desayuno.

El paciente debe COMER AJOS CRUDOS en la mayor cantidad posible, empezando con un dientecito en cada comida y aumentando progresivamente a medida que el organismo se habitúe.

El comer corteza (cáscara) de mango (fruta), cura el paludismo.

TOS FERINA

Esta enfermedad que hace verdaderos estragos en los niños, se cura fácilmente: basta proyectar luz azul en la cara y en la cabeza del niño para ponerlo bueno. Además, es muy conveniente dar a los niños infusiones de ajos, ya que este precioso vegetal es de maravilloso poder para todas las enfermedades de los órganos respiratorios.

MATERNIDAD

Realmente el proceso de la maternidad no es una enfermedad, pero dado lo antinatural de la vida tal como es llevada en nuestro medio ambiente, ha venido a constituirse en un verdadero peligro para la mujer.

El alejamiento de las leyes naturales, y el uso y abuso de determinadas sustancias contrarias a la naturaleza orgánica hacen que la mujer sufra lo indecible en el proceso de la reproducción.

Está experimentalmente probado que las mujeres que no toman bebidas alcohólicas, que no comen carne, que no fuman y que hacen el conveniente ejercicio durante el período de la gestación, salen fácilmente y en pocos minutos del crítico momento del parto, el cual en estos casos se realiza normalmente.

La humanidad con el positivo desarrollo de la imaginación, ha obtenido supremacía sobre los animales inferiores pudiendo cometer o no actos que éstos sólo realizan movidos por las fuerzas cósmicas, dentro de las leyes perfectamente armoniosas.

Ninguna de las hembras animales es tomada por el macho una vez entrado en el período de la gestación. No así la mujer, la cual es brutalmente irrespetada durante el período en que todas las fuerzas de la naturaleza debieran concentrarse en la producción y organización del nuevo ser en desarrollo. Al sufrir la mujer la violenta excitación del sistema nervioso, los centros correspondientes a los órganos de la generación sufren considerables pérdidas de energía que van en grave perjuicio del desarrollo de la criatura, y peor todavía, en contra de la madre que consume así la potencia vital de su naturaleza, absolutamente indispensable para atender al maravilloso trabajo de la gestación. Y como producto lógico de estos abusos, el parto se hace penoso y difícil llegando a perecer en muchos casos la madre y el hijo, cuando se puede prevenir este peligro con un poco de mayor inteligencia y conciencia acerca de los procesos de la vida.

La mejor medicina para preparar un parto feliz, consiste en hacer ejercicios de caminadas más o menos largas, según la resistencia de la madre; no comer carne, no tomar alcohol, no

fumar y, sobre todo, respetar el ritmo armonioso de la Naturaleza, no realizar por ninguna razón uniones sexuales durante el período de la gestación. Y así todo resultará natural y sencillo.

Un poquito de perejil machacado e introducido en la vajina, facilita el parto.

ENFERMEDADES TROPICALES

La causa principal de las llamadas enfermedades tropicales son los parásitos intestinales conocidos con los nombres de "uncinarias", "ascárides", "tricocéfalos", "amibas uxiurus", (solitarias o lombrices). Muchos son los sistemas empleados para eliminar estos enemigos de la vida del hombre; el sistema que damos a conocer es de una eficacia absoluta y no perjudica el organismo en modo alguno.

Los movimientos de la luna ejercen una influencia perfectamente definida en el movimiento de la vitalidad orgánica como también en el de la secreción glandular.

Durante la luna creciente las potencias vitales tanto en plantas como en animales marchan de abajo hacia arriba; y durante la luna menguante de arriba hacia abajo. Esta es la razón por la cual remedios aplicados para provocar la evacuación intestinal durante la luna creciente resultan negativos en sus efectos. En

cambio, si se dan en menguante producen efectos positivos.

Para eliminar los parásitos intestinales se debe tomar en la menguante de la luna, durante cinco días, en ayunas, una cabeza de ajo machacada con un vaso de leche. Y en esos mismos días sobre el almuerzo y la comida, una buena taza de cocimiento de tomillo a razón de 15 gramos por litro de agua. En su defecto se puede emplear con igual éxito y en igual proporción el paico.

Con este sencillo sistema se eliminarán todos aquellos perniciosos habitantes del intestino.

Las personas que viven en climas cálidos, deberán acostumbrar diariamente los ajos crudos ya que éstos les evitarían muchos males.

El jugo de piña (ananá) es extraordinario para eliminar parásitos tomándolo en abundancia.

Es este el tratamiento para curar la llamada ANEMIA TROPICAL O UNCINARIASIS.

A N E M I A

La anemia está caracterizada por pobreza de la sangre, debido a la desnutrición o asimilación incompleta.

Su principal causa está en el funcionamiento del hígado.

En las mujeres es bastante común debido al debilitamiento causado por la aparición del pe-

ríodo mensual (vulgo: regla). Si en este tiempo la niña en desarrollo no está bien nutrida, al venir la menstruación aparecerá la anemia.

Esta enfermedad es bastante común en los trópicos por el desequilibrio que el hígado sufre en sus funciones.

La anemia se cura así:

En primer lugar se debe someter al paciente a un tratamiento de purificación del hígado tomando:

Diente de León (hojas y raíces) 20 gramos.
Se cuece en un litro de agua y se toma una taza en ayunas y sobre las comidas.

O en su defecto:

Corteza y hojas de Gualanday, 10 gramos.
Se toma en la misma proporción que la anterior, por unos diez días. Luego hay que fortificar la sangre con alimentación adecuada, como fríjoles, lentejas, harina de plátano, CEBOLLA, ajos y repollos crudos.

LEUCORREA

La Leucorrea o Flujos Blancos, enfermedad tan común en las mujeres, se debe a las impurezas de la sangre, recargada de fermentos ácidos y sustancias extrañas no eliminadas por las vías naturales.

Primero hay que purificar la sangre tomando:

Zarzaparrilla ———— 15 gramos
Gualanday ———— 15 gramos
Palitaria ———— 5 gramos

Esto para un litro de agua, se toma como ya queda indicado para otras enfermedades.

En segundo término el paciente debe darse lavados vaginales con cocimiento de eucalipto, arnica o romero. Alimentación sana y nutritiva. Como ensalada debe preferir los berros y la zanahoria; comer muchas naranjas y ajos crudos.

MATRIZ CAIDA

El descenso de la matriz es provocado por la mala atención en el parto, alimentación insuficiente durante el período de la gestación, falta de ejercicios en los últimos meses de embarazo, o también puede ser provocada por una fuerte caída. De todas maneras, la debilidad de los músculos de la región correspondiente es la causa de tal descenso.

Para evitar este desequilibrio orgánico es conveniente el ejercicio regular y una alimentación rica en hierro, como por ejemplo: Comer cebollas, ajos, repollos crudos y naranjas en gran cantidad. La naranja es maravillosa no sólo para la madre, sino también para la sana organización de la criatura.

Para hacer que la matriz vuelva a su natural posición, son indispensables baños de asiento con cocimiento de romero y nogal, y darse fricciones sobre la pelvis con cebolla fresca.

Como dieta de curación es conveniente comer cebolla cruda y fresca en abundancia.

SINUSITIS

Es producida por enfriamiento excesivo, cuando se tiene catarro y al mismo tiempo digestión lenta, estreñimiento.

Se cura con el tratamiento siguiente: En una vasija cómoda, se echan ramas de eucalipto frescas, se agregan (diez) gotas de ácido fénico, y luego una buena cantidad de agua caliente (hirviendo).

El paciente con los ojos cerrados, debe aspirar por la nariz los vapores que de allí se desprenden. Se debe tener lista una infusión de eucalipto para detener la hemorragia si ella se presentare, después de eliminada la materia pútrida. Debe comer ajos crudos y naranjas abundantemente, para evitar que vuelva a presentarse, o hacer el tratamiento que ya hemos indicado para curar la sífilis.

También se cura aplicando luz azul.

PIORREA

La Piorrea viene de acidez en la sangre. Por lo tanto es indispensable tomar algún de-

purativo, ya sea raíz de Zarzaparrilla a razón de 10 gramos por litro de agua; o ya raíz de Romaza (ruibarbo), la misma cantidad. El paciente debe tomar un vaso en ayunas y sobre cada comida. Además se debe hacer lavados de boca y encías con infusión de romero y de eucalipto.

HERNIAS

La Hernia se cura con suma facilidad aplicando cataplasmas de romero fresco o de musgo sobre la lesión, sosteniéndolas allí permanentemente ya con una faja de tela, o con "esparadrapo", según el paciente lo prefiera mejor; pero de todas maneras las cataplasmas deben permanecer hasta obtener la curación definitiva, la cual no se hará esperar. Además el herniado debe friccionarse alrededor de la región enferma con cebolla machacada, lo que dará vigor a los músculos.

CATARROS

El catarro se cura y se evita comiendo ajos crudos y bastantes naarnjas o bien huevos crudos, solos. No olvidemos que la naranja cura realmente cualquier enfermedad, siempre que se coma en abundancia, y no se combine con materias grasas.

CONJUNTIVITIS

Cuando los ojos se ponen enrojecidos e in

flamados, nada mejor para normalizarlos que darles baños de cocimiento de sauco (hojas y flores).

RIÑONES ENFERMOS

Para normalizar el funcionamiento de los riñones, úsese la siguiente fórmula:

Toronjil ———— 15 gramos
Grama ———— 15 gramos

Se cuece todo en un litro de agua sin azúcar y se toma un vaso en ayunas y sobre cada comida.

También se curan los riñones comiendo muchas naranjas.

No olvidemos que la debilidad en los ojos depende de las enfermedades de los riñones; por lo tanto, cuando la vista no es fuerte, debemos sanar y purificar el riñón con lo ya indicado.

FORUNCULOS

Esta enfermedad se debe siempre a la debilidad orgánica, ya sea provocada por el abuso sexual o por herencia. De todas maneras, para curarla se debe hacer uso del nogal, tomando a razón de media onza por litro de agua, sin azúcar, un vaso en ayunas y sobre cada comida; y además, comer naranjas en la mayor cantidad

posible. Los baños de nogal son muy importantes para apresurar la curación.

BUBON TROPICAL

Esta enfermedad se cura fácilmente aplicando cataplasmas de cicuta, o en su defecto, de guaba o cargamanta. Además el paciente debe comer naranjas en la mayor cantidad posible.

CHANCROS

Esa penosa enfermedad no se puede curar realmente si no es por medio de enérgicos depurativos tales como la Zarzaparrilla y la raíz de romaza (ruibarbo). Además el paciente se debe dar baños locales con cocimiento de gualanday o de guaba.

TUMORES FRIOS

Para eliminar los tumores fríos se debe tomar el famoso marrubio, a razón de 15 gramos por litro de agua, hasta obtener el resultado apetecido. Comer cebollas crudas.

CISTICIS

La Cisticis, o sea la constante eliminación de orina, se cura tomando toronjil y grama a razón de 15 gramos de cada una para un litro

de agua, y tomar un vaso en ayunas y sobre cada comida. Darse baños de asiento con cocimiento de malva.

AMIGDALAS SUPURADAS

Esta enfermedad se debe siempre a la acidez en la sangre, y se cura con cocimiento de motua (especie de ágave americana) a razón de 15 gramos para litro de agua. Tomar tres vasos al día. Hacer gargarismos con agua azul o cocimiento de sauco. Comer cebollas crudas.

Cuando solamente están inflamadas, bastan gargarismos con agua sal.

Es un gravísimo error la extirpación de las amígdalas, dicho sea de paso. La naturaleza no se ha equivocado al darnos tales glándulas.

ANGINA

Para esta penosa enfermedad se debe usar la infusión de raíz de zarzamora en la mayor cantidad posible, y aplicar luz azul en el pecho y garganta. El jugo de limón ayuda un tanto a la curación.

DIFTERIA

Para curarla nada mejor que jugo de limón en la mayor cantidad posible, y cataplasmas externas de aceite común y cebolla machacada.

No está por demás advertir que los que comen ajos crudos, naranjas y cebollas en su menú diario nunca serán afectados por las dos últimas enfermedades a que hemos hecho referencia.

TIFO

Es una fiebre muy alta debida a la fermentación de los residuos intestinales no eliminados oportunamente.

Quien se habitúe a comer ajos crudos diariamente no contraerá esta enfermedad, y evitará todas las de carácter infeccioso.

Cuando se ha manifestado el Tifo el tratamiento rápido y seguro para curarlo es el siguiente: Se aplican al enfermo cataplasmas de cebolla cruda machacada, en las plantas de los pies; se le cambian cada media hora, teniendo la precaución de no tocarlas con la mano sino con algún instrumento o tela, para evitar un posible contagio. Generalmente no se necesitan más de dos aplicaciones para que baje la fiebre. También se aplican al enfermo lavados intestinales con cocimiento caliente de ramas de verbena blanca o de "Matarratón". Se le da a tomar infusión de ajos. Las cataplasmas que se quitan deben ser enterradas junto con la tela con que se removieron; pues de lo contrario hay el peligro de infecciones. Debajo de la cama del enfermo de Tifo, o de cualquiera otra

enfermedad infecciosa, debe mantenerse una vasija amplia con carbón vegetal, lo cual ayudará a evitar contagios.

Cuando el enfermo esté en capacidad de comer se le pueden dar ensaladas crudas de repollo, cebolla, ajos con jugo de limón.

Botánica

ESTUDIO GENERAL

Botánica, del griego BOTANE, hierba. La Botánica es, pues, la ciencia que estudia las plantas.

Es indudablemente una de las ciencias más importantes. Una ligera reflexión nos probará que no es posible que ningún ser humano viva sin el uso de los vegetales. Ya en una forma, ya en otra, el hombre está siendo sostenido física y socialmente por el servicio espontáneo que le prestan ellos.

Aunque alguien pretendiera cometer la barbaridad de alimentarse sólo con carnes (este plan necesariamente lo envenenaría y le daría muerte en un tiempo relativamente corto), siempre las plantas serían su sostén, aunque en diferente condición; por haber pasado sus energías potenciales a través de organismos animales.

El verdadero progreso y la estabilidad física y económica de un pueblo dependen de las plantas que haya en la región del planeta en que habite.

Las plantas constituyen y deben constituir nuestro único alimento, y además nos proporcionan la salud cuando la hemos perdido, o previenen las enfermedades cuando sabemos emplear las que convienen a nuestra naturaleza.

Muchas veces el hombre va en busca de lo que necesita a países extraños; introduce drogas, por ejemplo, para la cura de sus enfermedades, teniendo en su propio ambiente la plan-

ta precisa que le restablecerá su organismo y le dará salud. Sólo que la humanidad al superficializarse con su mentida civilización, no acepta como medicina sino aquello que le sea anunciado en forma brillante, aunque sea una sustancia perjudicial, no importa, con tal que venga con rótulos dorados y en papel de lujo.

Hay un adagio popular esencialmente verdadero; la observación y la práctica nos lo han probado: «Donde Dios pone el mal pone el remedio». Es cierto, a pesar de que en este caso el vulgo coloca el término «Dios» no como para tal Ser, sino como para un viejo neurasténico que se gozara en ver sufrir, y hacer que tal vez por el sufrimiento, la humanidad buscara la manera de ilustrarse para amortiguarlo. ¿No es verdad que esto atribuído a Dios resulta ironía?

No obstante que no estamos filosofando diremos que Dios no le hace falta a nadie, que es el hombre al quebrantar las leyes de la Naturaleza quien a sí mismo se castiga, o que al obrar con intelgiencia a sí mismo se premia. Por eso no olvidemos que el único pecado que sobre el mundo existe es la IGNORANCIA, y que la única manera de salvarnos es acopiando conocimientos científicos para aplicarlos a la vida.

Las plantas son el único laboratorio natural en el cual se especifican y dosifican las sustancias que dan vida y salud, y es nuestro sagrado

deber estudiarlas, encariñarnos con ellas, connaturalizarnos con estas humildes servidoras, pues bondadosa y gratuitamente nos brindan alimento y medicina al mismo tiempo.

Daremos los diferentes nombres regionales con el fin de facilitar su distinción y empleo. Van incluídos los dibujos de las que son menos conocidas y por lo tanto difíciles de conseguir.

A cambio de consumir el tiempo en superficiales vanidades de la vida, debiéramos dedicar parte de él al estudio de la Botánica, como parte que es de las ciencias más importantes que el hombre puede cultivar.

Entramos en la descripción más o menos detallada de algunas plantas, las cuales probarán sus maravillosas virtudes, y el enorme beneficio que ellas gratuitamente están listas a prestar al ser humano que quisiera utilizarlas. También haremos la descripción de algunas, sin insertar dibujos, por ser ellas demasiado comunes y conocidas.

FIGURA Nº 1 — SALVIA

SALVIA OFFICINALIS

El nombre de Salvia viene de SALVUS, aludiendo a su virtud de salvar, de librar al hombre de las enfermedades.

Alcanza un metro con sestenta, o un poco

más, y se produce en terrenos fértiles. Se distingue del salvio en que las hojas son opuestas, corrugadas, y al restregarlas resultan intensamente aromáticas. La flor es morada.

La infusión de salvia limpia las mucosidades de la garganta, de la faringe y del estómago. Obra especialmente sobre el sistema nervioso cerebro-espinal. Es por lo tanto muy útil en la curación de la parálisis, de la impotencia, del baile de San Vito, y en una palabra de todas aquellas enfermedades que tengan que ver con el sistema nervioso. También ejerce un gran poder en las funciones digestivas. Las personas de edad debieran habituarse a tomar de esta planta diariamente.

Los japoneses más conscientes que nosotros, cultivan el te para la exportación, pero ellos no toman sino infusión de salvia porque conocen la importancia de ésta, y saben por experiencia lo perjudicial de aquél. Porque el te produce neurastenia y debilita la actividad de los jugos gástricos. No así la salvia, la cual fortifica el organismo en general y equilibra la economía.

La salvia puede utilizarse a razón de diez o quince gramos por litro de agua, sin azúcar, como ya lo hemos dicho para todas las plantas.


Figura 1 - Salvia

FIGURA Nº 2 — PARIETARIA O PALITARIA PARITARIA OFFICINALIS

Planta de la familia de las Urticáceas. Tiene tallos numerosos y rojizos ,ovales, flores pequeñas de sabor salado. Posee virtudes diuréticas, gracias al nitrato de potasa que contiene; también es rica en azufre, es medicina sin rival para las enfermedades de los riñones y de la vejiga. Purifica extraordinariamente la sangre y equilibra la armonía de la linfa. Puede usarse a razón de veinte gramos por litro de agua, tres tazas al día.

FIGURA Nº 3 — SANALOTODO BACCHARIS CUÑEATA

Planta muy conocida en los climas de 12 a 18 grados. Es un gran antisifilítico, y al serlo nos muestra claramente por qué fue bautizada con dicho nombre; porque persona libre de la sífilis, está evidentemente libre de todas las enfermedades.

El Sanalotodo es de una gran eficacia para curar las enfermedades del hígado, órgano en el cual se hace especialmente sensible la influencia física.

Se usa a razón de quince gramos por litro de agua. Empleándolo en decocción, y tomando una taza en ayunas y sobre las comidas, se curan la mayor parte de las enfermedades. Pue-



Figura 2 - Parietaria



Figura 3 - Sanalotodo

de emplearse con éxito en aquellos casos en que los facultativos nada han podido hacer con un paciente, en la seguridad de que se obtendrán espléndidos resultados.

FIGURA N: 4 — CALENDULA
CALENDULA OFFICINALIS

Es planta muy conocida. De hermosa flor de color amarillo oro, tiene grandes virtudes, sobre todo para las enfermedades especiales del bello sexo.

Nada igual para normalizar las funciones naturales de la mujer.

Es también excelente en los dolores del cáncer, en las obstrucciones del vientre, en la arterioesclerosis, y en todas aquellas enfermedades que provienen del recargo orgánico. Se utiliza a razón de seis gramos de hojas y flores por litro de agua. De ella debe tomar el paciente tres dosis diarias, en ayunas, a mediodía y por la noche.

FIGURA Nº 5 — FIQUE
AGAVE AMERICANA

Es demasiado común en nuestro medio, y prácticamente en todos los climas. De ella se extrae la fibra para hacer la cabuya común; tiene poderosas virtudse como planta medicinal Purifica el estómago e intestinos y cura la icte-



Figura 4 - Caléndula



Figura 5 - Fique

ricia (buenamoza). Para las enfermedades del hígado no hay nada que se le pueda comparar.

Combniada con el ajenjo es remedio sin parangón para la HIDROPESIA. Para no hacer más elogios de la planta, diremos que es un gran antisifilítico, puesto que con esto lo dirermos todo.

Se emplean quince gramos de la hoja de dicha planta, fresca, para litro de agua, o combinada con el ajenjo agregándole tres gramos de éste.

Se toma a razón de tres al día en ayunas y sobre las comidas.

FIGURA Nº 6 — MARAÑON, ANACARDO, MEREY

ALCAYOIBA, ANACARDIUM OCCIDENTAL

Tiene virtudes extraordinarias. Su fruto cura las enfermedades del pecho: Afonía, Faringitis, Anginas, Catarros Crónicos, etc., etc. Además, esta fruta da un gran vigor a la sangre energizándola en tal forma que renueva todo el organismo.

La corteza de la planta empleada en infusión cura infaliblemente la Diabetes. Ha dado también maravillosos resultados en los casos de lepra. La anemia desaparece bajo su poderosa acción. Esta planta es un gran tesoro para la humanidad; quizás algún día nos daremos cuen-



Figura 6 - Marañón

ta exacta de su extraordinaria importancia y nos connaturalizaremos con ella como es debido.

Su fruto es muy conocido, y es diferente en su estructura a los frutos comunes y corrientes, pues lleva la almendra fuera de la fruta, y tiene la forma de riñón.

Su almendra es un alimento cerebral de primera calidad.

FIGURA Nº 7 — SASAFRAZ TAMACO
SASAFRAZ OFFICINALIS — LANRUS
SASAFRAS

Planta arbórea que alcanza hasta doce metros de altura, de hojas alteranadas, caedizas, verdes por encima, blancas por debajo; las inflorencias racimosas, leño quebradizo e intensamente oloroso. Es un gran sudorífico y depurativo de primera. Es antirreumático y antisifilítico.

Se usa generalmente el leño a razón de quince gramos por litro de agua.

Se hierve el agua, se agrega la planta, se deja hervir un poco más, y luego se baja.

Combinada con la Zarzaparrilla resulta verdaderamente extraordinaria en sus efectos. Se pueden emplear quince gramos de la planta y diez de Zarzaparrilla. Esta composición resulta una verdadera panacea.

FIGURA Nº 8 — GUALANDAY
EN VILLAVICENCIO: PAVITO, JACARANDA,
GUALANDAY

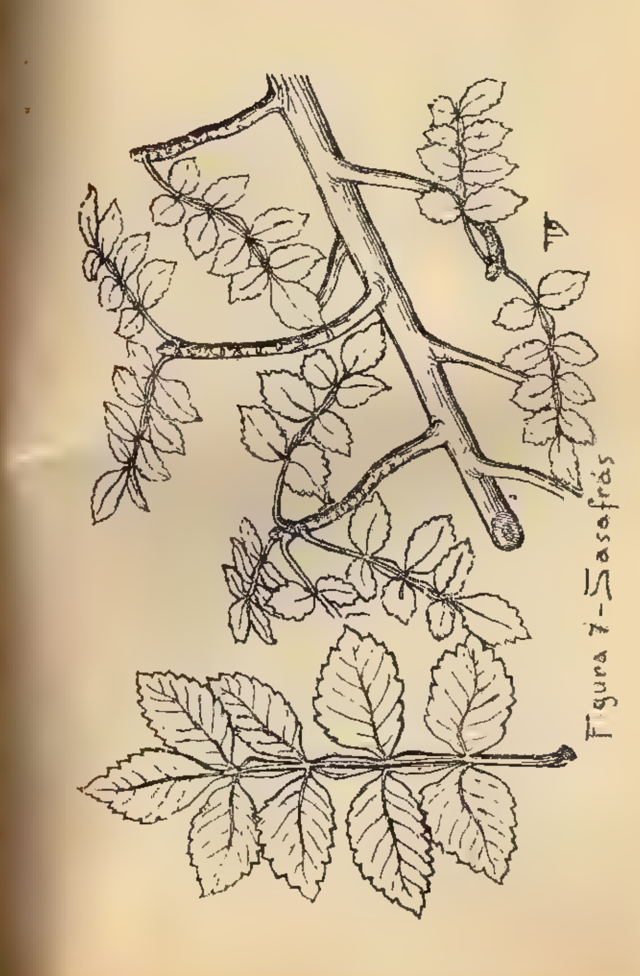


Figura 7 - Sasafrás

Tiene propiedades antififlíticas únicas, muy superior en todos los casos a todas las medicinas comerciales que nos vienen empacadas, decoradas y pomposamente anunciadas.

El Gualanday cura la Sifilis, la Blenorragía, la Arterioesclerosis, las Hemoroides, o (almorranas), las Várices, las difereents afecciones del hígado, las Eczemas, forúnculos, y todo aquello que tenga que ver con las impurezas de la sangre.

FIGURA Nº 9 — BEJUCO DE LA VIDA AMARGOSO CISSAMPELOS CAPEABA

Para los indígenas de las vegas del Magdalena, este bejuco era sagrado, y se transmitían el conocimiento que sobre él tenían de una a otra familia como sagrada herencia de casta.

Es una especie de convólvulo, con flor de color lila pálido que se abre al levantarse el sol y que se cierra al anochecer; tiene la raíces gruesas de modo que hacen protuberancia en la tierra donde se desarrollan. De ahí que se le dé también el nombre de Batato. Es de la familia del bejuco CARARE.

Sus virtudes son extraordinarias. Sólamente diremos de él que produce una armoniosa transformación en el organismo del hombre, purificándolo completamente y dando al mismo tiempo vigor a los órganos decaídos, como hígado, riñones, corazón, etc.

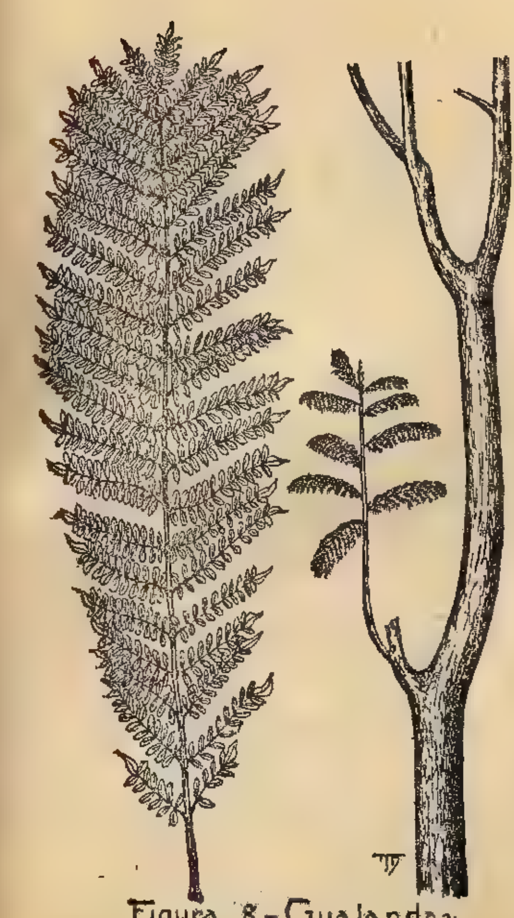


Figura 8 - Gualanday


Figura 9 - Bejuco de la Vida

FIGURA Nº 10 — ALMIZCLILLO ABELMOSCHUS MOSCHATUS

Esta planta puede considerarse como una verdadera panacea. Cura la Sifilis, Lepra, Arterioesclerosis, Anemia, enfermedades del estómago, del hígado y de los riñones. Purifica y fortifica el organismo en general, distinguiéndose así en su naturaleza de las demás ya que las plantas depurativas generalmente debilitan. En cambio el Almizclillo purifica sin debilitar y cura las enfermedades más difíciles. De esta platan ya se ocupará algún día la Ciencia, cuando al fin decepcionada de tantos productos que se venden en el comercio, tenga que regresar empujada por la experiencia, a estudiar la naturaleza y descubrir los maravillosos poderes encerrados en las plantas, que están siempre a la vera del camino ofreciendo espontáneamente sus maravillosas virtudes.

FIGURA Nº 11 — FUMARIA FUMARIA OFFICINALIS

Muy tierna, amarga, con hojas compuestas de color amarillento. Esta planta, de la cual se conocen más de cincuenta especies, es antiescrofulosa y antiescorbútica, cura los salpullidos, ictericia, los infartos del hígado, las erupciones en general, como escrófulas, etc.

Puede usarse a razón de quince gramos por litro de agua. Es muy importante que usen de

ella las personas decaídas, y de mayor edad, ya que el espíritu de esa famosa planta reanima todas las funciones, porque hace aumentar en gran manera la capacidad secretora de las glándulas cuyas hormonas acrecientan el poder vital de todo el organismo.

FIGURA Nº 12 — GUASGUIN
MICROCHOETE CORIMBOSA

Se produce entre los diez y ocho grados de temperatura. Posee maravillosas virtudes para la curación de las enfermedades del hígado, del estómago, y de todas las afecciones que tienen que ver con la linfa, como la eczema, etc. Además es un gran antisifilítico. Se puede usar a razón de quince o veinte gramos por litro de agua, tomando tres tazas diarias, en ayunas, al medio día y por la noche.

FIGURA Nº 13 — JARILLA. Vulgo: CHIVATA
ETEVIA GLUTINOSA

A esta planta solamente se le había conocido uso externo para la curación del reumatismo. Pero nosotros la empleamos en multitud de casos internamente, y estamos por esa misma experiencia convencidos de que difícilmente se encontrará otra que le aventaje en virtudes curativas. Cura las enfermedades del hígado, estómago, bazo, riñones, vejiga, etc. Purifica


Figura 10 – Almizclillo



Figura 11 - Fumaria



Figura 12 - Guasqüin

la sangre en tal forma, que bajo su acción desaparece la Sifilís con todas sus consecuencias; y estamos seguros dado su poder de que cura la lepra.

No olvide usted, caro lector, que las plantas más importantes y que puede emplear con buen éxito en cualquier clase de enfermedad extraña, son las plantas antisifilíticas.

CUANDO EXISTA ALGUNA ENFERMEDAD EXTRAÑA QUE ESCAPA A TODOS LOS DIAGNOSTICOS Y QUE PROGRESE A PESAR DE TODAS LAS MEDICINAS EMPLEE USTED UNA O ALGUNAS DE LAS PLANTAS ANTISIFILITICAS Y VERA MARAVILLOSOS RESULTADOS, ¡NO OLVIDE USTED ESTO, QUE ES DE IMPORTANCIA UNICA EN LA CONQUISTA DE LA SALUD!

Las personas que han tomado muchas drogas purifican su organismo tomando Jarilla, tres tazas al día.

Ahora entraremos en la descripción de otras plantas no menos maarvillosas que las ya anotadas, pero que por ser muy conocidas no creemos necesario insertar dibujos de ellas.

TORONJIL (MELISA OFFICINALLIS).— Es tan conocida esta planta que tampoco se necesita hacer descripción de ella, ni siquiera dosificarla, pues es tan inocente como maravillosa.



Figura 13- Jarilla

sa. El Toronjil cura las enfermedades del hígado, del estómago, del riñón y de la vejiga. Fortifica el sistema nervioso, normaliza las funciones del corazón, aumenta las secreciones glandulares, purifica la sangre, hace nacer el cabello en las personas que lo están perdiendo por la falta de actividad hepática, combate con eficacia la hipocondría y renueva las células.

Al ser usado con alguna frecuencia, previene contra muchas enfermedades y equilibra las funciones orgánicas.

Personas decaídas, anémicas, impotentes, pesimistas, neuróticas, y todos aquellos que sienten decaimiento en sus fuerzas, encuentran en el Toronjil la medicina eficaz que está lista a curar todos sus males. Deben usarla con entera confianza, pues ella trae siempre grandes beneficios y nunca perjudica.

GRAMA (TRITICUM REPENS).— Esta planta, muy común en los campos descubiertos y lugares húmedos, es un pasto gateador que progresa en canutillos.

Es diurética, refrigerante, emoliente, aperitiva, depurativa y algo nutritiva; elimina los cálculos al hígado y del riñón, favorece la economía en general, purifica la sangre y fortifica el organismo. LA MAYOR PARTE DE LAS ENFERMEDADES SE CURAN HACIENDO UNA DECOCCION DE GRAMA Y TORONJIL.

Los gatos y los perros, guiados por el instinto, van en busca de la grama para curarse de sus enfermedades.

Cuál será su virtud, cuando la mayor parte de los bueyes que son atacados por concreciones o cálculos biliares se curan completamente cuando la grama empieza a crecer y a desarrollarse y tienen la oportunidad de tomarla en abundancia.

La grama constituye una bebida irremplazable. Ejerce siempre una influencia favorable en todos los casos de enfermedad.

PAICO (CHENOPODIUM AMBROSIODES) Esta planta tan sencilla como noble y poderosa, se encuentra en todas partes. Cura la Anemia Tropical, saca los parásitos del intestino, combate con eficacia las indigestiones y dispepsia, elimina las lombrices en los niños; en fin, en enfermedades del estómago podemos decir que es inapreciable. Y tan reconocidas son sus virtudes que en la Costa Atlántica se llama YERBA SANTA.

Una buena taza de cocimiento de paico sobre las comidas hace maravillas en las personas que sufren de lenta digestión.

TOMILLO (THYMUS VULGARIS). — De esta planta se extrae el Timol. Hay muchas enfermedades que pudiéramos llamar ácida,s y que se manifiestan especialmente en el proce-

so de la digestión. Muchos niños mueren por falta de reacción alcalina. Y muchas personas sufren del hígado por ausencia de esa misma reacción. la acidosis, pues, es una enfermedad que se cura radicalmente empleando esta planta maravillosa.

Empleando quince gramos de Tomillo por litro de agua se tiene medicina inapreciable en los casos de acidez del estómago, y deficiencias hepáticas.

ROMAZA, LENGUA DE VACA O RUIBARBO (RUMEX, ROMASA ROMY). — Es tan común eta planta que no necesita descripción alguna. De ella hay varias especies. Debemos preferir siempre aquella que al partir la raíz deja ver la savia ligeramente amarilla.

Es sumamente poderosa y eficaz para las enfermedades provenientes de los riñones, como el reumatismo.

En cataplasmas cura úlceras antiguas y rebeldes. Dando masajes los cotos en formación con el cogollito mucilagoso, desaparecen infaliblemente.

En aplicación interna se usa a razón de veinte gramos por litro de agua, tomando las clásicas tres dosis diarias. Es tónica y depurativa, antirreumática, cura las enfermedades cutáneas, como la Eczema Tiña, etc. Elimina el ácido urico y purifica la sangre de toda clase de acritudes. Cura los riñones.

PARAGUAY (UMBELIFERA EXOTICA).— Se da en los climas medios; muy parecida al cilantro común; posee virtudes inapreciables para las enfermedades del estómago, elimina los cálculos del hígado y normaliza las funciones de este órgano.

NISPERO (SAPOTA ACCHIRAS). — La horchata preparada con la semilla de este fruto elimina los cálculos al hígado. Además conviene que el paciente tome una, dos o tres tazas de cocimiento de fique y el resultado será sorprendente.

PELA (ACACIA FLEXUOSA). — Esta planta es propia de los climas calientes, muy conocida. Es infalible en la fiebre perniciosa, fiebre amarilla tifo, etc, etc. Se da al paciente a tomar en decocción de 15 gramos por litro de agua, y en lavajes intestinales se aumenta la proporción o cantidad de la planta, y los resultados no se hacen esperar.

AJO (ALLIUM SATIBUM). — El ajo es demasiado común para que se necesite descripción de él.

En todos los tiempos la humanidad ha buscado un a PANACEA, es decir una medicina que cure todas las enfermedades; y a decir verdad; esta maravillosa panacea la tenemos en nuestro

poder pero apenas sí hacemos caso de ella: es el AJO.

Los campesinos tienen el pié firme, la vista brillante, hermosos los dientes y son vigorosos: comen ajos.

El ajo es estimulante, antiespasmódico diurético, espectorante, antifebrífugo, carminativo, antiescorbútico, depurativo y fortificante, a un mismo tiempo.

El ajo cura la Sífilis el Reumatismo, la Arterioesclerosis; es útil en la Diabetes; cura la Anemia, la Tuberculosis (tisis), las enfermedades del hígado, del bazo, del estómago y riñones.

Es excelente contra la hidrofobia o mordedura de perro rabioso, etc.

Para que no pierda sus maravillosas virtudes es necesario comerlo crudo. Para habituarse a él se debe empezar comiendo nada más que un dientecito en cada comida; y a medida que el organismo se habitúe podemos ir aumentando gradualmente la cantidad.

El que come ajos estará siempre libre de enfermedades contagiosas, nunca se producirán en su organismo las enfermedades que producen las fiebres malignas, como el Tifo, la Fiebre Amarilla etc.

ZARZAPARILLA (SMILAX MEDICA SCHILECATER CHAMIS). — La Zarzaparilla es un depurativo por excelencia: es una de las mejores plantas antisifilíticas, cura las enfermedades del hígado y de los riñones; es un enérgico antiblenorrágico.

La Blenorragia, molesta y vergonzosa enfermedad, se cura radicalmente con tan maravillosa planta. No hay que extrañarse si el paciente al principio del tratamiento se le intensifica la enfermedad, ya que al ser exteriorizada por la acción depurativa de la planta ocurre como si se agravara, siendo esto justamente la demostración clara de que el tratamiento elimina todos los gérmenes que se encuentren en los tejidos y causan la enfermedad.

La Zarzaparrilla, como ya hemos anotado, puede combinarse con el Gualanday, o con el sasafraz, resultando así un maravilloso componenente antisifilítico y por lo tanto, un gran benefactor de la economía orgánica.

MANZANILLA (ARTENIS NOBILIS). — La Manzanilla es tónica, estimulante, febrífuga, emenagoga, antiespasmódica, y se empleá con éxito en la debilidad del estómago, mala digestión, cólicos, fiebres continuas, histerismo, clorosis, etc.

Es muy importante no emplear esta planta sola ya que tiende a producir un ligero estreñimiento. Pero no por esto vamos a dejar de utilizarla, pues como ya hemos dicho, posee maravillosas virtudes. Se puede emplear siempre con éxito acompañada de la Ruda.

Se emplea a razón de diez (10) gramos de

Manzanilla por tres (3) de Ruda para un litro de agua.

MALVA (MALVA SILVESTRIS). — No querrá decir su nombre que con ella el mal va? No será que con esta planta se puede eliminar todas las enfermedades?

La Malva, utilizando hojas y raíces en decoción a razón de quince gramos por litro de agua da estupendos resultados en las enfermedades que tienen por consecuencia el recargo orgánico de sustancias extrañas (que son la mayor parte), es decir, resíduos no eliminados.

Sus efectos son lentos pero seguros. Tomando una taza de cocimiento de dicha planta antes del desayuno y antes de acostarse durante unos tres meses seguidos, se obtiene una purificación general del organismo y una positiva renovación de las células, sin experimentar molestia de ninguna clase. ¿No vale la pena tener muy en cuenta una medicina tan maravillosa y tan conveniente para la economía como la Malva?

NOGAL (JUNGLANS REGLA). — La infusión de hojas secas o frescas de Nogal constituye un depurativo de primer orden contra las escrófulas (tumores fríos), humores en la sangre, granos, zalpullidos y toda clase de toxinas contenidas en la sangre. Cura las hemorragias nasales.

Dosis: Quince gramos de hojas de Nogal por un litro de agua, y tomar tres tazas al día: en ayunas, al mediodía y por la noche.

Nada mejor para dar baños de fricción a niños raquíticos y personas debilitadas que el cocimiento de Nogal. Dichos baños reemplazan, superando, a los baños de mar.

Los diabéticos tienen en esta planta su salvación, pues tomando su decocción como queda indicado, y bañándose con el cocimiento de la misma, obtendrán la curación perfecta de tan molesta enfermedad.

DIENTE DE LEON (TARAXACUM DENS LEONIS). — Hé aquí una planta extraordinaria que abunda en todas partes. Por no conocer sus maravillosas virtudes vamos a buscar la medicina para nuestros males a las grandes droguerías aconsejados por los especialistas, obteniendo en la mayor parte de los casos nada más que gastos exagerados y decepcioens dolorosas, cuando la noble amiga y desinteresada servidora lista para curarnos en todo tiempo es la despreciada planta de que nos ocupamos.

Los galos primitivos, habitantes de Francias, siempre que querían purificar su sangre tomaban la tizana de Diente de León por quince o veinte días, y obtenían siempre buenos resultados.

Es demasiado común y es por eso tal vez

por lo que miramos con indiferencia. Hemos empleado como adorno de este libro en su portada un dibujo de tan importante planta. Vamos a ver una descripción bastante detallada, para que cada uno la pueda conocer: yerba peremne, hojas radicales, lanceoladas, hendidas en segmentos desiguales y dentadas. Las flores suelen ser numerosas, todas linguadas y amarillasá cabezuela fructífera, con todas las brácteas radiantes, formando una esfera erizada. La planta tiene un poder depurativo sin igual, especialmente en las enfermedades del hígado como inactividad del mismo, ictericia, hipertrofia, hepática, etc.

LLANTEN (PLANTAGO MAYOR). — El Llantén es también demasiado conocido.

Las cataplasmas de dicha planta son admirables en los infartos glandulares y en las últcera de carácter gangrenoso.

Lavando muy bien las hojas frescas y colocándolas en una botella blanca, perfectamente limpia, a los rayos del sol, durante todo el día, obtenemos una especie de exudación que resulta un COLIRIO agradable y muy eficaz para combatir las nubes en los ojos. Para aplicar este maravilloso colirio se pone una gota en el ángulo del ojo, colocándola en tal forma que por sí misma se distribuya en el globo del mismo.

Una copa de zumo de Llantén tomada en ayunas cura las úlceras del estómago. Además, el atacado de esta enfermedad debe tomar durante el día una o dos cucharaditas de carbón vegetal reducido a polvo.

MARRUBIO (MARRUBIO VULGARIS). — Familia de las labiandas. Esta es indudablemente una de las plantas de mayor eficacia en la cura de las enfermedades.

El Marrubio cura el hígado, los riñones, la vejiga, la blenorragia, los flujos blancos o leucorrea, ELIMINA LAS GRASAS, REDUCE EL ORGANISMO A SUS VERDADERAS PROPORCIONES, elimina gradual y progresivamente los tumore fríos, el coto en formación, cura los catarros crónicos, la tos rebelde, el asma, normaliza el funcionamiento de la bilis., en fin, es una de las plantas de más alta importancia. Se puede emplear en todas las molestias orgánicas, siempre con gran provecho.

Para tan variadas enfermedades se usa en la forma siguiente:

Se somete a decoción veinte gramos para un litro de agua sin azúcar, y se toma un vaso en ayunas y sobre cada comida. Se debe usar hasta obtener la cura de cualquiera de las enfermedades ya anotadas.

La parte de este libro dedicada a la Botánica es corta pero expresiva. Su objeto no es ilustrar acerca de las reconditeces de esta ciencia mara-

villosa, que tiene prácticamente un campo ilimitado, sino probar las trascendentales virtudes. Hemos descrito un número ciertamente limitado de plantas, pero muy suficiente para probar que ellas curan prácticamente todas las enfermedades que aquejan a la humanidad. Esta afirmación no la hacemos sino después de dilatadas experiencias en millares de casos, muchos de los cuales no habían podido ser curados por las drogas de la quimioterapia.

La Botánica es la ciencia más extraordinaria en cuanto a la parte puramente práctica.

El que se dedique a estudiarla con acendrado cariño, con positivo y ferdadero amor, encontrará medicina eficaz para sus males y para ayudar en momentos difíciles a sus hermanos en la humanidad.

Ahora, supongamos que quien estudio Botánica está interesado en el aspecto económico de la vida. En dicho estudio encontrará seguramente una línea industrializable de importancia para él y para el país donde resida.

Estábamos perfectamente seguros de que no hay, no ha habido, ni habrá desde el punto de vista práctico nada más interesante que el estudio de esa rama del humano saber.

En este libro hemos tenido siempre en cuenta la sencillez, y hemos rehuído el aspecto técnico que pueda con fundir al que quiera utilizar prácticamente las plantas aquí recomendadas,

las cuales han sido sometidas a la experiencia más estricta y rigurosa.

Pero si usted es una de aquellas almas que sienten en su interior el acicate que las mueve a conocer y a inquirir los misterios de la Naturaleza, y los poderes ocultos de las maravillosas plantas, con mucho gusto le indicaremos el camino para obtener esplendorosos resultados.

Estudie Usted un poco de astrología científica; la organización humana de acuerdo con las vibraciones cósmicas, teniendo como norma la estrecha relación que existe entre lo infinitamente pequeño y lo infinitamente grande. Busque las famosas obras de Paracelso y de los grandes Rosacruces de todas las épocas que han dejado su reflejo de luz acerca de la espléndida ciencia de la Botánica. Y entonces, un mundo nuevo aparecerá ante su conciencia, y comprenderá que entre un átomo y un sol no hay más diferencia que la de ser el uno simple y el otro un conglomerado de simples. Que entre el átomo y el hombre no existe más que la misma diferencia que entre el sol y el átomo, con diferente proporción en cuanto a volumen y densidad! Y que la ley que rige el átomo es la misma que rige a los universos y a los mundos. Y que la Naturaleza orgánica se encuentra en la planta ya que ésta es el magno laboratorio donde se DOSIFICAN las sustancias que han

de servir para dar vida y salud a ese animal humano que se encuentra en la superficie del planeta adquiriendo experiencia para ascender un día a mejores estados en la escala infinita de la evolución!

Saber es poder!

Círculo Oscilante

Explicación y Aplicación

No podemos menos que hacer referencia a un descubrimiento hecho por un sabio ruso en los últimos tiempos, sobre el valor de los círculos oscilantes.

Ya había dado a conocer este científico aspecto de curar las enfermedades el sublime Paracelso, y también Francisco Antonio Mesmer probó con experiencias que un fluído delicado y tenue llamado MAGNETISMO por sus condiciones de atracción podía curar la mayor parte de las enfermedades.

Pero el materialismo de la raza no puede fijar su atención en una fuerza que al no ser VISIBLE no podía despertar confianza en la cristalizada mente de los hombres.

Hoy surgen de nuevo estos hechos trascendentales, y la EXPERIENCIA PRACTICA nos ha probado hasta la saciedad el valor científico que estas teorías de Paracelso y de Mesmer, hoy ampliadas y sometidas a la experiencia por Jorge Lakhovsky, son un hecho positivo.

La base de todo cuerpo organizado es la célula. La célula viva tiene una frecuencia oscilatoria de radiante expansión que se define co-

mo electricidad, la cual establece un campo de atracción llamado magnetismo.

Los que conocen electricidad saben que un hilo conductor transmite la vibración eléctrica, pero que si dicho hilo se enrolla en forma de espiral, se establece una oscilación de interferencia o inductancia, produciendo calor y energía.

En lo que pudiéramos llamar espacio ambiente, existe una gran cantidad de energía electro-magnético-radiante, que interfiere por inductancia en los organismos aumentando la fuerza potencial de sus células, y por lo tanto de su equilibrio.

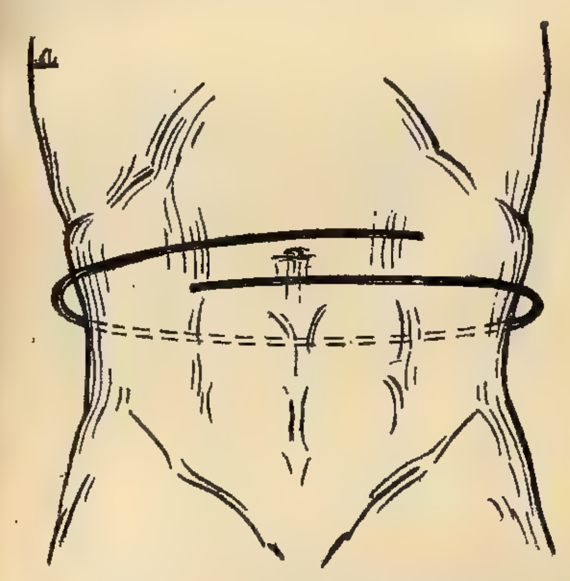
Pero cuando el hombre contraviene las leyes de la Naturaleza, y debilita por eso alguna parte de su organismo, aquella inductancia deja de actuar libremente, es interferida, y se produce la enfermedad.

Pero, como el arte debe suplir a la Naturaleza, en estos casos los hombres de ciencia antes citados, estudaron la manera de conectar aquellas ondas del ambiente para relacionarlas por medio de un hilo conductor y establecer de nuevo el ritmo perdido. Este es, pues, el objeto del Círculo Oscilante.

Este Círculo Oscilante es un conductor metálico (de preferencia cobre) que se coloca alrededor del tronco haciendo que sobrepasen los extremos en unos quince centímetros de

trayecto el uno sobre el otro, pero sin hacer contacto, para que allí se produzca la oscilación de inductancia y venga la energía a las células y equilibrio a las funciones orgánicas.

Para evitar equívocos en la aplicación del Círculo Oscilante, véase la figura ilustrativa; en la región de la espalda el alambre es sencillo, y en la del vientre es doble, tal como se ve en la ilustración.



Este alambre no tiene nada extraño, no requiere, como muchos dicen, ser magnetizado por ellos (esto lo dicen con miras de bolsillo), y tampoco necesita que por él hayan pasado

corrientes de alta tensión; todo eso es charlatanería y nada más. Esto es sencillamente tendiente a explotar.

Un alambre cualquiera de cobre, un poco grueso para que se adapte y conserve en la cintura directamente sobre la piel. El alambre debe estar desnudo, y ser limpiado cada veinticuatro horas.

Con el simple hecho de llevar este Círculo y sin emplear medicina alguna, se curan las siguientes enfermedades: Cáncer, Arterioesclerosis, Diabetes y estreñimientos tenaces, limpia las impurezas de la sangre y equilibra en general las funciones orgánicas. En verdad es también una panacea.

Ocurre a menudo que al aplicarse el Círculo Oscilante, el paciente tiene algunas reacciones en su organismo, tales como dolores en determinadas partes del cuerpo, o algunos síntomas de malestar. Cuando tal cosa ocurre es precisamente por la acción curativa que empieza. De modo que no debe alarmarse, sino al contrario, ver en ello la mejor señal.

Heliocromoterapia

Los Colores

A medida que el hombre va logrando mayor refinamiento en sus sentidos, domina un mayor campo de actividades que le permiten descubrir nuevas leyes, y adquirir nuevas orientaciones acerca de los problemas de la vida.

En el metabolismo influyen diferentes factores, los cuales hacen que se operen diversos cambios en la naturaleza.

La materia tal como es conocida, se presenta con tres caracteres bien definidos. Estos caracteres o estados son conocidos como sólidos, líquidos y gaseosos. Las investigaciones de última hora han probado que la materia posee un cuarto estado, radiante o luminoso.

El estado radiante de la materia se descompone en colores, según la frecuencia oscilatoria de su vibración.

Y a decir verdad el metabolismo no puede realizarse si no es por ese cuarto estado, aún no puesto muy en claro por la Ciencia Oficial.

Los rayos ultravioleta han sido en cierto modo estudiados, pero son hasta el momento actual una incógnita para los sabios de laboratorio.

Pero existe una ciencia mucho más amplia, no catalogada ni mucho menos sometida a dogmas, que nos permite a la sombra del vuelo filosófico experimental descubrir nuevos estados, y vislumbrar horizontes de un ilimitado campo, en el cual podemos descubrir leyes, ni siquiera sospechadas por la Ciencia Clásica.

Esta Ciencia Arcaica, no catalogada, es la Ciencia Rosacruz.

La cruz en este caso representa la materia con sus cuatro estados de polarización. Y el quinto está simbolizado en la Rosa, que es el hálito verdadero de vida, que por ley de analogía es descubierto como principio motor, como fuerza sustentadora de todo lo que ha existido y de lo que pueda existir.

La búsqueda de la rosa es justamente la indagación de la verdad. Porque las formas (cuerpos), como son transitorias, están movidas o sostenidas por el hálito de vida, y aunque ellas dejen de ser, el espíritu o potencia esencial permanece inalterable.

El célebre Laplace admitió como razonable la existencia de una materia caótica que sirviera de fundamento para la creación de los universos y de los mundos.

Esta conclusión de Laplace coincide exactamente con la apreciación que por conocimiento directo tenían y tienen los oculistas gracias al sutil desenvolvimiento de sus facultades, como la clarividencia, etc., poderes no está por demás decirlo, latentes en todo ser humano.

Esta materia incondensada se va orientando progresivamente por fuerza inherente caracterizada en corrientes electro-magnéticas. Al caracterizarse la materia y tomar orientación, varía naturalmente la frecuencia oscilatoria.

Las fuerzas sutiles de la Naturaleza son mucho más poderosas que las fuerzas químicas que se producen por reacciones en los cuerpos físicos.

En apariencia, por lo menos en cuanto a nuestros sentidos se refiere, pudiéramos decir que entre un planeta y otro no existe materia. Sin embargo la materia existente en los espacios interplanetarios se encuentra en el cuarto estado, el radiante, y la posibilidad de su existencia se nos demuestra claramente en la poderosa energía que de hecho tenemos que considerar como electro-megnética. Eléctrica por lo expansiva, y radiante y magnética porque es un campo de atracción que tiene por centro el Sol, respecto a nuestro sistema planetario. Y si esa fuerza tan sutil sostiene a los planetas de enor-

me peso y volumen que giran al rededor de un centro, lógicamente debemos aceptar que la materia en estado radiante es mucho más real por lo positiva en energía que la materia densa conocida por nuestros aún mal desenvueltos sentidos.

Con estos principios científicos marchamos hacia un hecho práctico.

Todos los esfuerzos de la Ciencia Materialista para proporcionar salud o para rehacerla cuando se ha escapado del organismo por alguna causa, se han limitado a considerar al sér humano simplemente como un laboratorio de reacciones químicas.

Pero, para beneficio del hombre y para gloria de las almas luminosas que han descubierto nuevas leyes, aparece en el horizonte de los conocimientos humanos un nuevo y eficaz sistema de curar las enfermedades valiéndose de la sutil materia en estado radiante, manifestada en diferenciada polarización por la delicada vibración que produce en la escala cromática.

Hay una ciencia muy conocida por los ocultistas, que estudia las vibraciones del Eter. Estas se catalogan por el radiante colorido. Parten desde el rojo oscuro, como lenta vibración, hasta llegar al lila puro, como sutil estado cromático.

Esta nueva Ciencia de curar es llamada Helio-cromoterapia. HELIO, de Helios, Sol; CROMOS, color; y TERAPIA, sistema de curar.

Aunque en ocasiones se puede usar la luz artificial para esta clase de tratamientos, es mucho mejor la luz del sol, porque ella tiene una condición radiante de grandes virtudes que no se puede captar en ninguna forma.

No obstante ser siete los colores del espectro, para el caso concreto de curar las enfermedades, no se necesita realmente emplear sino cuatro de las vibraciones del colorilo.

El rojo, el amarillo, el verde y el azul; con estos cuatro colores podemos obtener ¡y no se abisme al lector! la curación de todas las enfermedades que afligen a la humanidad.

La técnica científica está extensamente estudiada en las famosas obras sobre vibraciones sutiles en la Naturaleza del célebre indú Rama Prassad Jha. No haremos, pues, aquí sino dar a conocer nuestras experiencias en el particular sobre este transcendental sistema de curar que cuando se popularice verdaderamente, dará muerte á los antinaturales sistemas de reacciones a costa de vitalidad orgánica y de causar en la mayor parte de las ocasiones más prejuicio que beneficio.

En las obras de los autores citados no se encuentra orientación sistematizada, pero sí los fundamentos sólidos de donde nace el sistema que nosotros hemos llevado a la práctica y comprobado hasta la saciedad.

Otra causa difícil en el caso de las enfermedades es el diagnóstico.

Para la aplicación de los colores el diagnóstico es simple. Con un poco de práctica y experiencia llega uno a no equivocarse en cada caso particular.

El globo del ojo, el color de las uñas, el color de la orina, son las normas seguras para saber qué color hace falta y de cual hay exceso en la naturaleza de cada persona.

Si en el globo del ojo y en el color de las uñas hay un color azul es prueba concluyente de que a dicha persona le hace falta el color rojo, y más que todo el amarillo.

Si en las uñas y en el globo del ojo encontramos un verde terroso es prueba concluyente de que a aquella persona le hace falta el color amarillo y un poco de color azul.

Como vemos, el diagnóstico para la aplicación de los colores es de una simplicidad única, pero natural y profundamente científico.

Los Colores en la Curación de las Enfermedades

Para la práctica aplicación de los colores en la curación de las enfermedades, se necesita solamente tener botellas y frascos de cada uno de ellos para utilizarlos cuando así lo exijan las circunstancias.

Cuando necesitamos la aplicación de un color cualquiera, se llena un frasco de tal color con agua muy pura, deespués de lavado perfectamente por dentro y por fuera, luego se expone a los rayos del sol durante dos horas por lo menos, y más todo el tiempo que se quiera, ya que así el agua tomará mayor poder. Se tendrá en esta forma agua lista para curar las enfermedades de que se trate según las anotaciones que damos en seguida.

En muy raras ocasiones tendremos necesidad de usar el color rojo.

Como norma general hemos de saber que el colo rojo excita el sistema y levanta la vitalidad general del paciente, pero no debemos ex cedernos en su uso, porque a la larga desgasta por la superexcitación.

El color amarillo tiende a establecer la armonía de las funciones al equilibrar las actividades orgánicas. Como veremos es un color de gran importancia en la curación de las enfermedades que no ceden a otros sistemas, tales como la lepra, el asma, la arteriosclerosis, el estreñimiento tenaz, etc.

El color azul es sin género de duda el más importante. La misma atmósfera que envuelve la tierra tiene ese color. Permite por su estado oscilatorio la normal existencia de seres organizado en la superficie del planeta. Podemos decir que el azul y el verde son vida, y que el rojo, al reavivar la llama de la vida e intensificarla, la consume en poco tiempo.

En determinados casos necesitamos usar directamente los colores haciendo que sus rayos lleguen al organismo.

Un sabio ruso logró hacer una experiencia concluyente en la aplicación del color para producir anestesia.

Proyectó sobre el cuerpo, de un paciente, por medio de una lámpara de luz azul durante una hora, y luego lo operó sin que experimentara prácticamente ninguna molestia. Así tenemos pues, que el color azul, por lo calmante, viene a insensibilizar hacia cierto punto el organismo. Sería muy interesante hacer uso del colorido para anestesiar y eliminar entonces los gases y el siempre peligroso cloroformo.

Tenemos personalmente experiencia en la curación de una úlcera de mal carácter; aplicando a ella el rayo verde se obtuvo la curación definitiva en veinte días. Para ese efecto se utilizó un cristal verde que se colocaba en tal forma que el rayo luminoso cayera directamente sobre la herida. En series de quince a veinte minutos diarios de aplicación se obtuvo el resultado deseado.

Conocemos casos de angina, algunos desahuciados por los médicos en los cuales bastó hacer gargarismo de agua azul, para obtener la curación.

También conocemos casos de asma, en los cuales se han obtenido curaciones en el curso de treinta días de estar el paciente a tratamiento de agua amarilla.

COLOR AZUL

Según hemos expuesto, este color es el más importante.

Es refrigerante, calmante, eléctrico y astringente; se usa siempre en condiciones ardorosas del organismo ya sean generales, o bien locales, y produce alivio en tan corto espacio de tiempo, que en algunas ocasiones parece milagroso.

Las hinchazones, tumefacciones de carácter ardiente, úlceras al rededor de las cuales la piel se pone enrojecida, en las hemorroides, y en

todas aquellas molestias en que hay hinchazón local y exceso de calor, los paños de agua azul producen resultados sorprendentes. En el caso de las hemorroides basta aplicar los paños en la región externamente y el resultado es sorprendente.

En casos de locura se proyecta la luz azul sobre la cabeza del paciente durante media hora en cada sesión pudiendo hacerse dos o tres diarias.

DOLORES DE CABEZA.— Basta recibir la luz azul sobre la misma para que desaparezcan.

Los ardores del estómago causados por la hiperclorhidia ya antigua se curan con la aplicación del color azul en la región del epigastrio.

Se curan con agua azul la sed, los vómitos y los espasmos.

El agua azul provoca la orina.

LA DISENTERIA.— Ninguna persona morirá de Disentería si toma el agua azul. La leche puesta al sol en una botella azul durante diez minutos, servirá de medicina y de alimento.

Nunca sabremos apreciar debidamente el poder del color azul como salvador de la vida.

La peste bubónica y el cólera se curan con el agua azul.

Toda clase de fiebres malignas tienen en el color azul medicina de primera.

TOS FERINA.— Esta peligrosa enfermedad

que ha causado la muerte de miles y miles de niños, se cura con la aplicación de la luz azul en la cabeza y en la garganta. (Es muy conveniente dar a tomar al niño infusión de ajos).

El reumatismo agudo se cura con la luz azul. (Para el reumatismo crónico véase la descripción del color amarillo naranja).

INFLAMACIONES DEL CEREBRO.— La luz azul es el mejor tratamiento en estos caso.

ALFERECIA (ECLANCIA).— La luz azul en la cara y la cabeza dejará bueno al paciente.

RONQUERA.— Tomar agua azul en pequeñas dosis a razón de seis en veinticuatro horas

LARINGITIS.— El agua azul (índigo) es el mejor tratamiento para esta enfermedad. Si es crónica se obtendrán resultados definitivos en el curso de tres meses de tratamiento.

MENSTRUACION.— Se normaliza tomando agua azul.

AFTAS.— Se curan con el agua azul.

ICTERICA.— El agua azul la cura en poco tiempo.

ATAQUE BILIOSO.— Se calma con agua azul.

COLICO.— Una onza de agla azul cada diez minutos curará al enfermo, y aplicación de la luz sobre el estómago a través de un vidrio azul.

INFLAMACION DE LOS INTESTINOS.— Se cura tomando agua azul.

DIFICULTAD PARA ORINAR.— Se vence con agua azul.

NOTA:— Es muy importante al terminar algún tratamiento con agua azul, tomar unos dos o tres días, o más según el caso, el agua amarilla con el fin de activar las funciones digestivas.

LUZ VERDE Y AGUA VERDE

El cáncer tiene en este color medicina sin igual (véase lo dicho antes sobre el Cáncer).

El agua verde cura la Sífilis. En este caso se debe aplicar externamente la luz verde.

DIVIESOS Y TUMORES.— Se curan con la aplicación de la luz verde.

COLOR AZUL OSCURO O INDIGO

En caso de personas ancianas o débiles es mejor usar el color índigo (azul añil) que el azul celeste, porque dichas personas requieren en su tratamiento actividad y energía.

COLOR AMARILLO NARANJA

Es muy difícil encontrar botellas del legítimo color naranja, pero se pueden usar en cambio las que son amarillas con tono ligeramente rojizo (mientras más amarillo mejor).

Nada más eficaz para curar el estreñimiento que el agua amarillo naranja. El paciente debe tomar un vaso de esta agua en ayunas, sobre

el almuerzo y antes de acostarse. Debe continuar el tratamiento hasta obtener la curación.

LA LEPRA.—Se cura con agua amarilla; (véase lo que dijimos antes sobre esta enfermedad).

EL ASMA.—Se cura con agua amarilla. Dosis: las mismas que se emplean en el tratamiento del estreñimiento.

EL REUMATISMO CRONICO.—Se cura con luz naranja sobre la región atacada; y tomando agua sometida al color naranja.

GOTA.—Se cura con agua naranja.

EPILEPSIA.—El agua amarillo-naranja, tomada entona el sistema, y con la luz sobre la cabeza se cura esta enfermedad. (Pero es indispensable que el paciente abandone algún vicio secreto, si acaso existe como sucede en la mayor parte de los casos).

ASEDIAS Y GASES.—Se curan con agua naranja.

COLOR ROJO

El color rojo como ya hemos dicho, levanta las energías.

El rojo cura la parálisis parcial o total; lo único que se quiere es persistencia en el tratamiento. Además el paciente debe introducir la mano o el pié enfermo dentro del agua roja por unos quince minutos en cada sesión pudiendo hacer dos diarias.

LOS RESFRIADOS.—Se curan con la aplicación de la luz roja; con este color no hay que excederse.

TUBERCULOSIS O TISIS.—Aplicar la luz roja sobre los pulmones, y tomar agua azul índigo.

Psicoterapia

La Mente y la Salud

Hasta ahora hemos venido tratando al ser humano simplemente como si fuera un laboratorio físico-químico, con su campo correspondiente de radiación electromagnético-cromática.

Esto está muy bien hasta cierto punto, pero si lo estudiamos con mejor entendimiento, encontramos en él fuerzas de mayor poder y sutileza, aún no tenidas en cuenta por la ciencia de Academia.

Las fuerzas mentales y psíquicas son mucho más poderosas que las físico-químicas electro-magnéticas y cromáticas.

La mente es un poder extraordinario. Lo que realmente necesitamos es aprender a utilizar tan poderosa energía.

La mente se manifiesta como imaginación (aspecto femenino de la misma); como Voluntad (en su aspecto masculino), y como pensamiento propiamente dicho, o sea su natural condición.

El poder de la mente no está en el neutro, o sea en el pensamiento común y corriente. EL PODER DE LA MENTE ESTA EN LA EXAL-

TACION MISMA COMO VOLUNTAD, O COMO IMAGINACION.

La Voluntad es pensamiento, canalizado, dirigido con energía hacia un fin único, determinado.

La Imaginación es la expansión mental del ser que la utiliza.

La imaginación es más poderosa que la Voluntad. DE AHI QUE CUANDO LA IMAGINACION Y LA VOLUNTAD ESTAN EN CONFLICTO, SIEMPRE TRIUNFA LA IMAGINACION.

El verdadero poder de la mente está en la Imaginación y la Voluntad siempre unidas en vibrante armonía ¡He aquí el secreto de la Fuerza y el Poder!

No olvidemos que Voluntad sin Imaginación o Imaginación son Voluntad, son extremos de poca o ninguna importancia.

Logrando apropiarnos del poder de la Imaginación y de la Voluntad, obtendremos triunfos no soñados, en todo género de actividades.

La influencia de la mente en el cuerpo es absoluta; aunque aparentemente no creamos que esto es así.

Para darnos cuenta exacta de su poder, tenemos que conocer los dos grandes aspectos de la misma. Hay lo que podemos llamar la

Mente OBJETIVA, aquella que empleamos constantemente en estado de vigilia. Y la mente SUBJETIVA O SUBCONSCIENTE, que rige todos los movimientos involuntarios, tales como la circulación de la sangre, la respiración, la digestión, etc.

Las impresiones que vienen del exterior penetran en el ser psíquico a través de la Mente Adjetiva, para grabarse en la Mente Subjetiva y quedar allí obrando un papel favorable o desfavorable según sea la índole de la impresión recibida.

El carácter, los gestos, en una palabra, nuestra manera de ser, no son más que una expresión de las más poderosas energías de reserva que hay en la Mente Subjetiva o Subconsciente.

La relación estrecha entre la Mente y el Cuerpo es tan íntima, que todo movimiento tiene su razón de ser en la Mente.

En el estado actual la mayor parte de las personas no suponen ni imaginan que tenga nada que ver la Mente con el armonioso estado del Cuerpo que se expresa como salud.

Pero nadie puede negar que las impresiones que llegan por el campo mental afectan de tal manera el organismo que según su clase, se traducen en enfermedad o salud.

Si en el momento de tomar el alimento se nos transmite una noticia desagradable, el or-

ganismo se resiente en tal forma que el hígado deja de funcionar normalmente y la digestión es interrumpe.

Ahí tenemos un ejemplo práctico del cual cada uno habrá tenido directa comprobación acerca de la poderosa influencia de la Mente en el cuerpo físico.

Según la clase de actividad mental que nos domine en un momento determinado, el cuerpo físico estará más o menos animado, más o menos deprimido. Si uno es un poco observador y se detiene en la calle a mirar a los transeúntes, fácilmente podrá darse cuenta de la clase de pensamiento que alimenta cada una de las personas que pasan por ella. Al que lleva pensamientos de optimismo, de acción, de activa voluntad en una dirección determinada, lo veremos marchar con pasos firmes, con energía definida, con la cara levantada, en la expresión del rostro se descubrirá la complacencia, e infinidad de detalles más que nos prueban la activa acción mental hacia un positivismo perfecto.

En cambio, en otros observaremos la melancolía, el paso vacilante, mirada vaga, inclinada generalmente hacia el suelo, lo veremos manejándose realmente con dificultad en los lugares donde la afluencia de gentes es más activa; lo que nos muestra bien a las claras

que su actividad mental es lánguida, deprimida por pensamientos de desconfianza, de incertidumbre, en una palabra de PESIMISMO. Y bastaría solamente que esa persona recibiera una gran noticia para verle cambiar rápidamente de actitud y tomar nuevas características. La sana fuerza del optimismo da encanto y belleza a la vida.

Pero lo más importante de saber en estos casos es que cada uno a voluntad puede cambiar cuando quiera su actuación mental, de negativa a positiva, de pesimista en optimista, y vibrar en nuevas condiciones que establecerán armonía física, psíquica y mental en beneficio de su propia salud y equilibrio.

Las personas de temperamente hipersensible registran con mayor facilidad los cambios que se operan en la actuación de su Mente, pero como no saben que en sí mismas llevan el poder de transmutar aquella clase de ondas, sufren las naturales negativas consecuencias.

También es hecho probado que la persona jovial, alegre, optimista, llena de armoniosos pensamientos y de nobles aspiraciones, se conserva siempre en mejores condicionees de salud, que las que viven de ordinario bajo la presión de fuertes emociones, como LA ENVIDIA, LOS CELOS, EL TEMOR, LA TRISTEZA Y EL PESIMISMO; todos estos estados menta-

les no solamente enferman físicamente, sino que destruyen la natural armonía.

En la mente tenemos la mayor de todas las fuerzas, y al mismo tiempo la poderosa palanca o llave para obtener salud, equilibrio mental y psíquico, y por lo tanto felicidad. El que aprenda a dirigir y a gobernar la Mente será sin duda alguna la persona más rica y más afortunada que pueda existir.

La Sugestión

Dedicando como es nuestro deber, una definida atención a la influencia de la Mente en relación con la salud y con la enfermedad, veremos hechos de singular importancia en su poderosa actuación.

Generalmente cuando se habla de la fuerza mental en la curación de las enfermedades, se piensa inmediatamente en la SUGESTION. Y ha sido la palabra sugestión la que ha servido para tratar de disimular la ignorancia con relación a los problemas de la salud, en los casos en que el médico materialista, al no tener explicación científica para un fenómeno claro de curación psíquica, dice con énfasis: ¡ESO ES SUGESTION!, como quien dice, eso no tiene importancia, pero a pesar de no tener importancia, las curaciones de esta naturaleza se realizan día a día en todas las partes del globo.

En cambio de pronunciar esa palabra, sin poner atención en lo que ello significar pueda, es nuestro deber inquirir el por qué de aquellos hechos trascendentales si la Sugestión produce curaciones y fenómenos inexplicables, por qué no estudiarla? Decir SUGESTION y encogerse de hombros es acaso una salida científica?

Hemos de advertir que la Sugestión tal como se entiende comunmente NO EXISTE.

Lo único que realmente existe es la autosugestión. Pero ella tiene una explicación científica según veremos. La sugestión como presión que una persona a través de la palabra ejerce sobre otra, no tiene poder directo. El sugestionador lo único que puede hacer es presentar una idea, en términos expresivos y claros, para que el otro le dé cabida en su mente. Después de obtenido este estado, el que creemos sugestionado es quin realiza la labor de AUTO-IMPRESIONARSE. Si la sugestión directa existiera podríamos impresionar por este medio a los locos, y hasta las gallinas. Pero como tal sugestión directa no existe, es indispensable que el que reciba la sugerencia en una frase característica, esté en cierta concentración mental, acepte la idea y luego con ella se AUTO-IMPRESIONE, marcando por este medio una profunda huella en su mente subjetiva o subconciente.

Conociendo en forma clara el mecanismo psíquico de la auto-sugestión no necesitamos en ningún caso la presencia de un ser extraño, llamado hipnotizador, para que nos ayude en el empleo de la fuerza psíquica en la curación de nuestras enfermedades.

Cada uno puede ser conscientemente su médico, que al obrar en el campo psíquico, presione la potencia subconsciente y logre por este medio adquirir salud.

Pero no olvidemos que para que esta acción mental y psíquica resulte eficaz, se necesita que la VOLUNTAD y la IMAGINACION trabajen en armonía.

Cuando uno de estos dos poderes de la Mente trabaja en contraposición al otro, no es posible tener resultado alguno. Nos explicaremos: cuando una persona quiere con Voluntad que un hecho se realice, pero al mismo tiempo en forma subjetiva o subconsciente imagina lo contrario, no es posible obtener resultado alguno. También sucede que hay casos en los cuales uno imagina obtener un resultado determinado, pero en cambio está presionando su Voluntad en dirección opuesta; entonces tampoco es posible obtener efecto positivo.

Por lo tanto para obtener resultados verdaderos se requiere educar la Mente en tal forma que se imagine un hecho como realizado, y

luego la presión de la Voluntad, trabaje con esa misma orientación.

Para los que conocen la acción de la Imaginación unida a la Voluntad, citaremos el siguiente caso experimental verificado en los Estados Unidos.

Un hombre había sido condenado a muerte, por un acto criminoso. Algunos médicos psiquiatras, al conocer el caso lo pidieron a las autoridades para realizar una científica experiencia acerca del poder de la Mente como imaginación y voluntad canalizadas determinadamente.

Llegado el día de la experiencia dijeron al sujeto que se le iba a causar la muerte en una forma lenta, abriéndole una vena para que la sangre se le fuera escapando. Se le puso venda en los ojos, y luego se le acostó en la mesa de operaciones. Uno de los médicos fingió causar la herida, en tanto que ayudantes dejaban caer en el punto herido en apariencia, en forma suave, una gota continua de agua tibia para que se le produjera la impresión autosugestiva de que la sangre escapaba, puese al par que el condenado sentía el suave calor del líquido, podía oír perfectamente el golpe de caída en el piso. La experiencia duró algún tiempo, durante el cual los médicos iban observando cómo el hom-

bre se iba poniendo cada vez más pálido, hasta que exhaló el último aliento.

Si la exaltación de la imaginación animada por la fuerza de la Voluntad activa obró por autosugestión en la forma que queda indicada, por qué no ha de producir resultados de menor poder en el organismo, como obtener la salud y el bienestar?

Estas afirmaciones no son hipotéticas; conocemos personalmente el caso de un ocultista que pudiendo probar más de ciento ochenta años, de un hombre en perfecto vigor, y exhibe mayor energía que mucho jóvenes envejecidos permaturamente, de apenas veintiuno o veinticinco años.

¿No será, precisamente, que la fuerza poderosa de la autosugestión obra como potencia del ambiente, y produce efectos involuntarios, que por el desconocimiento de lo que es la Naturaleza esencial del hombre no tenemos en cuenta?

El poder subconsciente es de tal importancia que una vez que nos demos cuenta de su poderosa energía obtendremos en ese servidor la llave secreta de todos los poderes, y de todas las conquistas.

La salud, la inteligencia, la gracia, el magnetismo la simpatía y en fin todos aquellos factores que conducen al éxito en la vida, dependen nada más que de como se haga trabajar al subconciente.

No debe olvidarse que todas las impresiones diarias, así sean insignificantes, son reabsorvidas por el poder subconsciente para manifestarse después como actos, pensamientos, sentimientos, emociones, deseos y actuaciones psíquicas de toda naturaleza psíquica y física, psíquicas de toda naturaleza, que marcarán huella indeleble en nuestra naturaleza psíquica y física, mientras se consume la honda que las produce.

Una impresión de cualquier índole que llega a través de los sentidos, impresiona la Mente Concreta, y luego pasa como reserva de energía a las profundidades del subconsciente.

Un estudiante ha sido aplicado, y en el curso de un año escolar está suficientemente preparado para obtener éxito definitivo en los exámenes de fin de año. Pero al aproximarse éstos empieza objetiva y subjetivamente a impresionarse pensando que va a estar tímido, imagina la fuerte impresión que se va a involucrar en sí en el momento de ser examinado, y con este trabajo subjetivo mental acumula una energía que, impresionando el Sub-consciente, se manifestará justamente en el momento del examen.

Y tal como lo había plasmado subjetivamente, se realizará el fenómeno. Una fuerte emoción que no puede controlar surge del Subconsciente en el momento preciso; el Plexo Solar entra en profunda actividad; las energías etéricas en éste contenidas se desplazan debilitando el cuerpo físico, produciendo vacuidad cerebral y dejando, como pudiera decirse, la mente en blanco. El profesor, que conoce muy bien a su alumno se sorprende y no sabe por qué ocurre el hecho.

Y el examinado al volver a la calma y tranquilidad no se explica cómo no pudo contestar a preguntas sobre temas que conocía del todo; aquello para él es un misterio y sin embargo fué él mismo quien lo provocó.

En cambio, juzguemos a un estudiante desaplicado, pero confiado en sí mismo. Permanecerá indiferente sin importatrle mucho el triunfo o la derrota. Quiere subconscientemente que tales preguntas le sean hechas, es decir, en que está capacitado para contestar. Qué sucede? Que se introduce una inducción mental en los examinadores y por el poder mismo del subconsciente se realiza el fenómeno. Y para admiración de todos, el menos preparado de los estudiantes sale avante, y en cambio, el activo y juicioso fracasa. Ello por qué?, por falta de conocimiento psicológicos sobre lo que son las fuerzas ocultas de la Naturaleza.

Y todavía la iconciencia apoyada en la ignorancia de lo que es la vida, dice que el ocultismo no existe, y que eso no son más que ilusorias fantasías de hombres desequilibrados.

Lo único que realmente existe y obra en la Naturaleza son las fuerzas ocultas.

Quién ha visto el pensamiento?; quién ha visto los sentimientos?; quién las emociones?; quién los deseos?; quién las aspiraciones?; quien el sentimiento espiritual y mental de los pro-hombres de la raza, descubridores de nuevas leyes, músicos, artistas y poetas? y sin embargo esas fuerzas ocultas, positivas y únicas, son las que han producido todo lo que conocemos como ciencias y como motivos de progreso, de civilización y de cultura en todo sentido.

Más de treinta y cinco años de investigaciones constantes nos han probado hasta la sociedad que lo único que puede salvar el mundo del estado de IGNORANCIA que lo envuelve, es el estudio detenido y concienzudo de las Ciencias Ocultas. Está a la cabeza de todas las corporaciones que estudian las leyes naturales la MISTERIOSA FRAERNIDAD ROSA-CRUZ cuyo origen parte desde aquel remoto pasado en el cual la conciencia evolucionante de algún ser, pensó en la actualización positiva de las internas facultades que permitiera la realiza-

ción trascendente del conocimiento de la vida y de la realidad positiva de sér.

Y cómo relacionarnos con aquella misteriosa Fraternidad? El Divino Rabí de Galilea mostró el camino de todas las conquistas al decir: "Buscad y hallaréis, pedid y se os dará, golpead y se os abrirá. Quien busca halla, a quien pide se le dá, y quien golpea se le abre...'

Ahora vamos a estudiar el Poder Subconsciente en relación directa con los problemas de la salud.

A través de la Mente nos llega la impresión de que tal enfermedad con tales y cuales síntomas existe como una gran molestia o peligro para la raza. La imaginación se exalta con este hecho, la Voluntad entre la acción, y está orientación mental deposita, si así pudiéramos decirlo, una gran cantidad de energía que como corriente inarmónica presiona el Subconciente. Y qué sucede? Que a los pocos días o meses, según la sensibilidad de la persona, la enfermedad temida aparece en su organismo. No es efecto un micro-organismo extraño que les introdujo la enfermedad, sino que el Poder Subconsciente presionado bajo ésta onda negativa, desvió las corrientes vitales del órgano u órganos que imaginativamente deben ser afectados con la enfermedad cuya impresión penetró en la mente de la persona, y en este ambiente

se pudo naturalmente desarrollar el micro-organismo y la enfermedad presentarse como tal.

Suele suceder que por esta misma vía mental objetiva y mental subconsciente, un anuncio bien redactado y presentado acerca del poder de un específico maravilloso para determinada enfermedad impresiona nuestro sér psíquico. Y en un tiempo más o menos largo, más o menos corto, la persona impresionada piensa que la enfermedad está desarrollándose en sí, y que por tanto necesita el específico anunciado.

Esta es la razón también por la cual las medicinas se usan determinado tiempo, y luego se abandonan por aparecer en el comercio otras que vienen a causar nuevas impresiones en el Subconsciente, a desarrollar el temor y a producir por este medio el deseo de tomarlas.

Cuando aparece en la ciudad alguna enfermedad como epidemia, corre necesariamente la noticia, y va penetrando la idea de posible infección en las mentes de las personas. Se causa entonces una desviación de las corrientes vitales y se preparan los organismos para la enfermedad temida, en tal forma que la epidemia destruye más vidas que lo que hubiera sido si consciente e inteligentemente los encargados de la higiene hubieran hecho presión sobre el aspecto preventivo como una necesidad públi-

ca que siempre deberá ser, sin decir el por qué. En estas condiciones, estamos seguros, la epidemia no habría progresado.

Un eminente psicólogo, para demostrar el poder de la autosugestión refería un cuento simpático y gráficamente ilustrativo acerca de estos hechos:

Algún señor que vivía en una determinada ciudad, salió en vía de negocio. En el camino se encontró con una vieja un tanto antipática, a la que hubo de saludar por la circunstancia de hallarse, como se dice en la calle angosta, en diferente dirección y en soledad. Quién es usted? Yo soy la Peste, y voy a la ciudad con el fin de dar muerte a quince mil personas. Esto es muy cruel le dijo el señor. Pero la Peste le contestó: Qué vamos a hacer si este es mi oficio.

Tres meses después el señor regresaba a la ciudad, y en el trayecto encontró a la Peste y la increpó con las siguientes palabras: Usted me dije que iba a la ciudad a causar la muerte de quince mil personas, pero por los informes de la prensa sé que han muerto cuarenta y cinco mil; se ve que usted se excede y no cumple honradamente su deber. Ella contestó: Y que culpa tengo yo si cumpliendo con mi deber dí muerte a las quince mil personas prometidas; pero las otras treinta mil se dejaron morir de miedo?

Esto ilustra claramente el valor de la actividad subconsciente cuando su fuerza misteriosa, pero positiva y única, en su acción, es trabajada por el temor, fruto de la ignorancia acerca de los magnos problemas de la vida.

La Líbido o Fuerza del Deseo

El Subconsciente es una fuerza en sí. Usándola inteligentemente nos traerá salud física, mental y psíquica, y mucho más, puesto que aprendiendo a utilizar su poderosa energía podremos lograr éxito positivo en nuestras rectas y nobles aspiraciones.

De intento hemos dicho RECTAS y NOBLES ASPIRACIONES, porque si bien es verdad que también se puede obtener por la fuerza del Subconsciente éxito en las aspiraciones amorales, productos de los vicios de la raza, no es menos cierto que las fatales consecuencias no se harán esperar. Quien tienda a perjudicar a los demás no hará realmente otra cosa que perjudicarse a sí mismo. Como también; quien trabaje por el bien de sus hermanos en la humanidad, está trabajando eficazmente por el bien de sí mismo. Así que, el que conoce la ley de Causa y Efecto como hecho invariable en la Naturaleza, debe hacer siempre el bien hasta por egocentrismo, si acaso no alcanza a descubrir el más bello motivo para obrar correctamente,

como es el de hacer el bien por amor al bien sin esperanza de recompensa.

En los últimos tiempos el estudio del Subconsciente ha sido ofrecido a la humanidad en forma científica por el Profesor Segismund Freud. Este prohombre de la raza está produciendo con sus maravillosos estudios una verdadera transformación y positiva organización en el estudio de lo que es hombre y de sus enormes posibilidades.

Con una incomprensión que da pena, algunos han criticado a Freud considerándolo amoral.

A esto hemos de declarar enfáticamente que la AMORALIDAD VERDADERA ES LA IGNORANCIA. Y que el conocimiento calcado en observaciones científicas debemos diferenciarlo completamente de las normas vagas de los moralistas.

LA VERDADERA MORAL ES EL FRUTO DEL CONOCIMIENTO APLICADO, Y NO DE LA IGNORANCIA. A nadie se le oculta que la ignorancia es la verdadera causa de todos los errores.

Al profesor Freud hay que juzgarlo como al hombre de ciencia que investiga, y no como a moralista que tradicionalmente repite normas que en la mayor parte de los casos no es capaz de aplicar en su propia vida.

Es por lo tanto más importante enseñar a la humanidad el por qué se realizar los hechos, para que conociéndolos científicamente se oriente hacia mejores estados, que predicar una moral y tratar de imponerla sin enseñar a manejar las fuerzas que producen estos o aquellos resultados.

Afortunadamente estamos en una época maravillosa de transición en la cual el "SI PORQUE SI" de los rutinarios o representantes de determinadas asociaciones que tienen por objeto medrar a la sombra de la ignorancia, está perdiendo autoridad.

La tónica dominante del momento actual, para la juventud inquieta que está en desarrollo, es conocer la razón sustancial o el por qué de los hechos. Con esta norma espléndida la humanidad dará pasos agigantados en el camino de la verdadera cultura que dignifica a los hombres y sublima y refina la de los pueblos.

El Subconsciente como fuerza de acción, ha sido dado a conocer por Freud con el nombre de «LA LIBIDO». Esta Líbido, como fuerza o causa géneris de todos los movimientos objetivos o subjetivos, como aspiraciones en diferentes direcciones, es lo que los ocultistas llaman la FUERZA DEL DESEO.

Donde quiera que se establece una corriente de deseo, se produce una modificación u orien-

tación de las fuerzas de la Naturaleza y se construye así el puente hacia la realización de dicho deseo.

¡No olvidemos esta ley, que es central y de la cual parten todas las conquistas!

La Líbido como fuerza de deseo no es ni buena ni mala. ES UNA FUERZA EN SI. Si nosotros la dirigimos hacia el bien, obtendremos consecuencialmente buenos resultados, y si la dirigimos hacia el mal nos dañaremos con ella.

El hombre en un momento dado no es más que el producto de la acción suconsciente del trabajo realizado en el pasado. Puede ser que hasta el momento actual el lector amigo que nos acompaña en esta investigación no conozca tal ley. Pero desde ahora en adelante, debe poner especial atención para que la fuerza del Deseo se canalice hacia el bien, y pueda obtener por este medio la conquista de la salud física, mental y psíquica, y el éxito en todas sus nobles aspiraciones.

El Subconsciente es la llave de oro que manejada como se debe nos permite abrir las puertas del templo donde se halla encerrada la DIOSA FELICIDAD.

Por experiencia y observación constante estamos seguros de que el título de este libro no es aventurado, ni calcado en un sentido de charlatanería para engañar incautos.

«El Secreto de la Salud y la Clave de la Juventud» está en el conocimiento físico, químico mental y psíquico de la Naturaleza del hombre. Y aunque en este libro, escrito en forma fácil para el público, no es posible que penetremos al fondo mismo de los estados de la Naturaleza, sí hemos puesto las bases fundamentales que conducen al hombre sincero e investigador al seguro conocimiento de las potentes fuerzas naturales que dan vida y salud.

Franca y sinceramente hablando, el hombre que se acuesta cada noche sin haber aprendido algo nuevo, sin haber descubierto la actuación de alguna nueva ley, es injusto consigo mismo y con la humanidad, de la cual es parte integrante.

La mente, como PODER NEUTRO de las psíquicas actividades, trabaja involuntariamente en el noventa por ciento de los casos. Cuando podamos emplearla con conciencia en el cincuenta por ciento de las actividades, habremos conquistado un puesto altísimo en la evolución que todavía no alcanzamos a comprender.

El organismo físico del hombre es un producto modelado por las fuerzas de la Naturaleza en el cual se han centralizado una gran cantidad de energías, como que es el núcleo poderoso de atracción.

El cerebro es un conglomerado de finas moléculas, en las cuales y por las cuales se manifiesta la fuerza pensante en su psíquicas modificaciones. El cerebro es el centro tonciclador del sistema nervioso en general.

El corazón es el centro modificador de la corriente sanguínea a través de la cual marchan las corrientes magnéticas que como positivas ondas llevan hasta los extremos orgánicos la fuerza psíquica del sentimiento.

El hígado es un centro bioquímico que obra como distribuidor de las potencias físico-químicas del organismo, y es también en el hígado en donde radican toda clase de emociones y pasionalismos de animálicas tendencias.

El funcionamiento orgánico armonioso depende de un metabolismo perfecto por el trabajo hepático; de una sensibilidad armoniosa por el perfeccionamiento del trabajo psíquico del corazón, y por la acción eficaz de la potencia volitiva (de voluntad) que tiene su oficina principal en el cerebro, y sus transformadores en los centros nerviosos o plexos como acumuladores magnéticos.

El Ego es el Rey en su trono que debe empuñar el cetro del poder (manejando el Subconsciente) para lograr pleno gobierno y positiva armonía en la marcha del conjunto.

Para establecer una orientación positiva de

cómo obtener dominio, vamos a adentrarnos un poco en el campo sutil de la cuestión.

Clave del Equilibrio

Para facilitar la comprensión del aspecto metafísico, vamos a orientarnos con relativa simplicidad en este intrincado problema.

Consideremos al hombre dividido en tres estados: Uno físico, uno vital y otro psíquico.

El cuerpo físico es el pasivo instrumento que vemos con nuestros sentidos pobremente desarrollados. Para la mayoría de los seres, este físico instrumento es lo único o por lo menos lo más importante. Ya veremos que esto no es así.

¡El principio vital es la energía inter-atómica de caracteres definidos como potencia electro-magnética. Este es el verdadero principio motor de la existencia, mucho más positivo que el instrumento físico, ya que éste sin aquél sería materia inerte.

El principio psíquico, tiene su polaridad negativa en su potencia mental, y su polaridad positiva en el Ego, que como Rey gobierna y dirige, siendo el Subconsciente el puente de relación entre la materia propiamente dicha y su extremo superior o Divino llamado EGO o YO SOY verdaderamente potencial ESPIRITUAL.

El Espíritu como expresión en EGO, es perfecto en sí mismo. Pero él está manipulando materia de los diferentes planos para manifestarse en este mundo de nombre y forma.

Y si los reflejos del deseo que nace de la diferenciación de las formas consumen excesivamente una modificación de aquella materia, sea física, mental o vital, vendrá el desequilibrio para la manifestación.

Y corresponde al puente de unión o Subconsciente restablecer el equilibrio.

La potencia vital tiene su asiento en el núcleo principal que como centro electro-magnético acumula dichas fuerzas.

Toda célula tiene su núcleo, y en la misma proporción todo el cuerpo tiene su núcleo celular que opera como centro dominante del conjunto.

En el caso del hombre, este núcleo central de energía como cuerpo vital se encuentra localizado en el Plexo Solar, llamado por los ocultistas CEREBRO DE EMOCIONES.

Si establecemos dominio sobre el centro de la emoción o Plexo Solar, nos convertiremos en positivos acumuladores de la potencia vital que nos dará vida y salud.

Pero si toda clase de impactos externos o del ambiente nos impresionan, perderemos en cada una de las emociones una gran cantidad

de energía que hará necesariamente falta para conservar el equilibrio.

Las mujeres hipersensibles, impresionables, siempre viven achacosas. No así aquellas personas que poseen la inapreciable virtud de conservarse serenas aún en los momentos más difíciles.

Ahora, surge naturalmente la pregunta: pero si aquello es cuestión de estado, o de temperamento, qué vamos a hacer?

Ya hemos dicho antes que todo tiene su razón de ser en el Subconsciente. Y, por lo tanto, aprendiendo a utilizar el Poder Subconsciente podremos rehacer nuestro carácter y reformar nuestra naturaleza.

Es verdad que la herencia biológica nos trae tendencias natas contra las cuales hay que luchar y trabajar para darles la orientación armoniosa. Pero también es verdad que somos una expresión viva del ESPIIRITU UNIVERSAL y que como tales (como Egos) podemos establecer pleno dominio en nuestra naturaleza, ya sea física, emocional o psíquica. Y para hacerlo no olvidemos que el swich, o LLAVE ES EL SUBCONSCIENTE.

Particularizando, diremos que si bien todo el organismo obedece a los impacto de la imaginación y de la voluntad, también debemos tener en cuenta la diferente sensibilidad de

nuestros órganos particularizados para obtener dominio sobre ellos.

El sistema nervioso cerebro-espinal es el medidor plástico de todos los movimientos voluntarios. Y la sangre es el elemento bioquímico de todas las transformaciones.

El Subconsciente o puente de relación, establece la línea simpática por medio de la cual podemos establecer cierta tensión en uno o en cada uno de aquellos elementos.

Si bien es verdad, por ejemplo, que para activar el hígado tenemos que enviar fuertes corrientes psíquicos y mentales a aquél órgano indómito que solamente fluctúa por la fuerza del deseo, también es cierto que el sistema nervioso puede mandar sus irradiaciones electromagnéticas a aquel órgano para restablecer en él su función.

Partiendo de lo desconocido marchamos siempre hacia lo desconocido, en busca de nuevos horizontes.

En el caso práctico que estudiamos debemos partir de lo conocido, como es la Mente Concreta que presiona en el sistema nervioso cerebro-espinal de concientiva actividad, para por este medio relacionarnos con el Gran Simpático, regente de los movimientos involuntarios, de allí la fuerza de la emoción que hace correr por cauces definidos la sangre en un mo-

mento determinado para ser llevada al órgano que deseamos reparar.

Cuando deseemos restablecer el equilibrio funcional de un órgano cualquiera, debemos mandar fuertes corrientes voluntarias de la espina dorsal al órgano en referencia, empleando las dos polaridades de la Mente, o sea la Voluntad y la Imaginación. Presionando o exaltando aquellas condiciones mentales se establecerá en el Subconsciente una poderosa onda, la cual trabajará sin que nos demos cuenta, y en esa forma iremos obteniendo el resultado deseado.

Está usted enfermo? QUIERA E IMAGINE CON EMOCION SU RADIANTE ESTADO DE SALUD Y LO CONQUISTARA.

Está usted deprimido por la mental acción del pesimismo? IMAGINE usted y QUIERA con su voluntar cargada de EMOCION conquistar el optimismo y las aspiraciones deseadas y lo logrará con seguridad si persiste en el trabajo.

Sus facultades mentales no son activas? QUIERA usted e IMAGINE CON EMOCION, día a día el estado que desee conquistar como comprensión e inteligencia, dedíquese concienzudamente al cultivo de este nuevo estado, y lo obtendrá.

Para terminar diremos: Estudie usted su naturaleza, descubra sus internas fuerzas y sobre

todo, adquiera el gobierno y dirección del Subconsciente, y tendrá salud y bienestar en todo sentido.

La Clave de la Salud y el Secreto de la Juventud está en atender debidamente los tres grandes estados de la naturaleza del hombre.

Para atender al estado físico-químico de su equilibrio orgánico dé a su cuerpo alimentos nutritivos y sanos, los cuales debe comer con entusiasmo, pensando que ellos reconstruirán armoniosamente su naturaleza. No fume nunca pues ello debilita y degenera su sistema nervioso. No tome jamás bebidas alcohólicas, pues ellas transtornan su naturaleza física y psíquica y empobrece la sangre.

No abuse nunca de su poder sexual, ya que en él se encuentra radicada la poderosa fuerza de la vida, como acumulador maravilloso de las energías del Cosmos, que dan Vida y Salud.

No use drogas, ya que en un noventa y ocho por ciento de los casos causan más perjuicio que beneficio. El Creador LE HA DADO A USTED como divina herencia la Voluntad y la Inteligencia para que estudie las leyes de la Naturaleza, y para que reconozca las virtudes que se hallan encerradas en los elementos naturales, como las plantas, las cuales deben constituírse en su UNICO ALIMENTO y en su UNICA MEDICINA.

Esta obrita que hemos ofrecido cariñosamente a la humanidad que sufre, no es la primera ni la última palabra. La primera palabra fue pronunciada cuando el Espíritu Divino se hizo manifiesto en la materia caótica y la modeló para expresarse en ella. Y la última palabra acerca de la sabiduría no se pronunciará quizás nunca, y a medida que la Conciencia Focal del hombre se desenvuelve, se va manifestando cada vez con mayor perfección. Y usted, lector amigo es puente de relación entre el presente estado de ignorancia que nos envuelve y el glorioso de sabiduría que ha de venir. Si usted trabajo consciente e inteligentemente en el desarrollo de sus facultades que lleva en latencia, será eslabón de oro en la hermosa cadena que ha de enseñar el camino de regeneración y Salvación para la raza.

—FIN—

BOTANICA

CIRCULO OSCILANTE

HELIOCROMOTERAPIA

PSICOTERAPIA

«LOGO-SOPHIA»
«CURESE COMIENDO Y BEBIENDO»
«POR LOS SENDEROS DEL MUNDO»
«LA FUENTE DE LA VIDA»
«DIGNIFICACION FEMENINA»
«CULTURA INTIMA INFANTIL»
«CULTURA INTIMA JOVEN»
«ESPIRITUALISMO Y EVOLUCION»
«EL ENIGMA DEL HOMBRE»
«EL PROBLEMA DEL MUNDO»
«MANUAL ROSACRUCISTA»
«VIVA SANO»
«LOS GRANDES AZOTES DE LA RAZA»
«LA SALUD DE LA MUJER»
«EL SENTIDO IDEAL DE LA VIDA»

DIRECCION DEL AUTOR

Bogotá — Colombia — Apartado Nal. 1416

